

TAMPEREEN YLIOPISTO

Emmi Laukkanen

”Minun oli laihduttava” ja muita päätöksiä
Muutoshalu, terapiakulttuuri ja kirjoittajan läsnäolo
omakohtaisessa aikakauslehtitekstissä

Tiedotusopin pro gradu -tutkielma

Toukokuu 2013

TAMPEREEN YLIOPISTO

Viestinnän, median ja teatterin yksikkö

LAUKKANEN, EMMI: ”Minun oli laihduttava” ja muita päätöksiä. Muutoshalu, terapiakulttuuri ja kirjoittajan läsnäolo omakohtaisessa aikakauslehtitekstissä

Pro gradu -tutkielma, 85 s., 19 liites.

Tiedotusoppi

Toukokuu 2013

Tarkastelen pro gradu -tutkielmassani, miten kirjoittajansa elämästä kertovat aikakauslehtitekstit rakentavat muutoshalua ja tuottavat terapiakulttuuria. Analyysini liikkuu sekä terapiakulttuurin, journalistisen tekstin että omakohtaisuuden tasoilla.

Omakehtaisten aikakauslehtitekstien muutoshalu on paitsi journalistinen keino myös jotain, mikä motivoituu sekä kirjoittajan elämästä ja todellisesta ongelmasta että ympäröivän todellisuuden ilmiöistä, kuten median tunteellistumisesta, tunnustuksen perinteestä ja terapiakulttuurista, joka nostaa yksilöiden tunteet tapetille. Itsetuntemuksella tähdätään hyvään elämään, joka vaatii omien tunteiden hallintaa ja tiedostamista. Tekstit ovat siis sekä journalistisia tuotoksia että ympäröivän kulttuurin ja ilmiöiden heijastajia ja kirjoittajansa elämän representaatioita.

Aineistoni koostuu kuudesta aikakauslehtitekstistä, jotka on julkaistu *Helsingin Sanomien Kuukausiliitteessä*, *Imagessa*, *Oliviasa* ja *Trendissä* vuonna 2012. Pohdin, miten omakohtaisessa tekstissä tuotetaan muutoshalua, millaisia motiiveja omasta elämästä kirjoittamisen ja muutoshalun taustalla on ja mitä ilmiö kertoo ajastamme.

Tutkimusmetodini on käsitteiden varaan rakentuva lähiluku. Tärkeimmät käsitteeni ovat *muutoshalu* ja *julma optimismi*, jonka tulkinnassa nojaan Lauren Berlantin affektiteoriaan. Muutoshalun käsitteellä kuvaan teksteihin rakentuvaa ongelman ja ratkaisun tematiikkaa ja julmalla optimismilla sekä kohtia, joissa ongelmaa kaunistellaan tekstin tasolla, että hyvän elämän tavoittelua aikamme ilmiönä.

Jaen aineistosta löytämäni optimismin julmaan ja aitoon. Julmalla kuvaan tekstien illuusioita ja aidolla muutoshalua, joka tähtää kirjoittajan hyvinvointiin. Kirjoittajan onnellisuutta voivat kuitenkin motivoida muutkin kuin hän itse, esimerkiksi yhteiskunnan normit. Tällöin aitous on enemmän illuusioista vapaata optimismia kuin todellista aitoutta. Muutoshalua tuodaan esiin mm. ingresseissä ja käännekohtissa ja ongelman syitä taustoitetaan takaumilla. Ulkopuoliset auktoriteetit tukevat suoraan tai välillisesti jompaakumpaa optimismia, eli muutoshalua tai ongelmaa.

Ehdotan omakohtaisuuden ja muutoshalun motiiveiksi mm. lukijan samastumista, kirjoittajan brändityötä, itsetutkiskelua ja todellisesta ongelmasta ja arjesta kumpuavaa muutoshalua. Liitän tunnustamisen tarpeen myös osaksi median ja kulttuurin murrosta. Näen itsetutkiskelun aikamme kuvana, joka kertoo paitsi toimittajien paineesta laittaa itsensä likoon myös terapiakulttuurin mukanaan tuomasta itsetutkiskelun ja tunteista puhumisen tarpeesta ja muutoshalun ja tavallisuuden noususta tosi-tv:n materiaaliksi.

Asiasanat: muutoshalu, terapiakulttuuri, kaunokirjallinen journalismi, Lauren Berlant, julma optimismi, omaelämäkerrallisuus, aikakauslehdet, lähiluku, brändi

SISÄLLYS

1. Johdanto.....	1
2. Tausta: intiimistä, tunnustuksesta ja muutoksesta.....	4
2.1. Aiemmasta tutkimuksesta	6
2.1.1. Intiimin ääniä ja kaunokirjallisia keinoja	7
2.1.2. Muutoshalu televisiossa	9
2.2. Tunnustuksesta ja terapiakulttuurista.....	12
2.3. Affektin tutkimus Suomessa.....	15
2.4. Lauren Berlantin julma optimismi	18
3. Tutkimuskysymys: Miten aikakauslehtitekstissä tuotetaan muutoshalua?	20
4. Metodit: aineiston lähiluku ja käsitteellistäminen.....	23
4.1. Aineistosta: kun kirjoittaja ammentaa omasta kokemuksestaan	24
4.2. Tekstin kirjoittajasta ja puhujasta	27
4.3. Julman optimismin käsite omaelämäkerrallisissa aikakauslehtiteksteissä.....	31
4.4. Muutoshalun käsite.....	33
5. Analyysi: illuusioita ja optimismia	35
5.1. Tekstistä: miten kirjoittaja rakentaa muutoshalua?	36
5.2. Optimismin kahdet kasvot: julmaa vai aitoa?.....	41
5.3. Julma optimismi kaunisteluna	49
5.4. Minuus ja muut: perspektiivin tuojia puolesta ja vastaan.....	52
5.5. ”Hakattu nainen on tyhmä” ja muita illuusioita.....	55
5.6. Samastumisen kokemus ja muita syitä muutokselle	62
6. Päätelmiä ja tarkastelua: itsetutkiskelu aikamme kuvana.....	69
6.1. Päätelmät: kaunistelua ja optimismia itsetuntemuksen tiellä.....	69
6.2. Tarkastelu: mitä omaelämäkerrallisuus ja muutoshalu kertovat ajastamme?	73
Lähteet:.....	78
Aineistolähteet:	78
Kirjallisuuslähteet:.....	79
Lehdet ja verkkojulkaisut:.....	83
Liitteet:	85

1. JOHDANTO

All makeover programmes are about becoming a better 'you' by making better purchases and adopting better lifestyle habits.

– Sarah Banet-Weiser & Laura Portwood-Stacer¹

When we talk about an object of desire, we are really talking about a cluster of promises we want someone or something to make to us and make possible for us.

– Lauren Berlant²

Tunteiden kulttuurinen merkitys on kasvanut, ja ne ovat läsnä myös journalismissa aiempaa vahvemmin (Pantti 2009, 193). Mediassa tunteellistuminen näkyy muutenkin kuin sensaatiohakuisuutena tai kaupallisuutena. Uraani aloittelevana toimittajana koen, että tämän päivän mediaympäristö vaatii toimittajalta kykyä tuottaa ja esittää tunteita, rakentaa brändiä ja olla läsnä. Koen, että tekstien samastuttavuus, tunnistettavuus ja tunteellisuus tarkoittavat yhä useammin sitä, että toimittaja pistää likoon jotain itsestään ja elämästään.

Tarkastelen pro gradu -tutkielmassani, miten omakohtaiset, kirjoittajansa elämästä kertovat aikakauslehtitekstit rakentavat muutoshalua ja osallistuvat terapiakulttuurin tuottamiseen. Omakohtaisuus ei rajoitu tutkimassani journalismissa vain minämuotoisuuteen tai toimittajalle annettuun näkyvään tarkkailijan tai raportoijan rooliin. Omakohtaisuus on kokonaisvaltaista, kun koko tekstin aihe on sen kirjoittajan oma kokemus. Analyysini liikkuu sekä terapiakulttuurin, journalistisen tekstin että omakohtaisuuden tasoilla, ja näitä tasoja on usein mahdotonta erottaa toisistaan. Tarkastelen aineistoni tekstejä ensisijaisesti journalistisina tuotoksina ja ympäröivän kulttuurin ja ilmiöiden heijastajina. Omakohtaisuus taas on journalistinen keino, vaikkei sitä voida pelkistää ainoastaan sellaiseksi. Aineistoni tekstit ovat myös todellisuuden representaatiota – niin kirjoittajansa elämän kuin ympäröivän maailman ja sen ilmiöiden näkökulmasta.

¹ Banet-Weiser & Portwood-Stacer 2006, 268

² Berlant 2006, 20

Tutkin näiden omakohtaisten aikakauslehtitekstien ongelman ja ratkaisun tematiikalle pohjaavaa rakennetta ja muutoshalua, jota tällä näkökulmalla tuotetaan. Aineistoni kirjoittajat kuvaavat teksteissään jotakin henkilökohtaista, heidän omasta elämästään nousevaa ongelmaa, johon he hakevat tai ovat hakeneet ratkaisua tai muutosta. Muutoshalu on paitsi journalistinen keino myös jotain, mikä motivoituu sekä kirjoittajan elämästä että ympäröivän todellisuuden ilmiöistä, kuten terapiakulttuurin käänteestä, median tunteellistumisesta tai tunnustuksellisuuden perinteestä. Tekstien omaelämäkerrallisuus, jota muutoshalukin edustaa, ei siis ole vain sitä, että toimittaja päättää kirjoittaa itsestään. Se on osa laajempaa kokonaisuutta ja niin mediakentän kuin kulttuurin uusia tuulia. Samaan aikaan kun media muuttuu, terapiakulttuurinen käänne tuo yksilöiden ongelmat ja tunteet keskustelun keskiöön. Itsetuntemuksella ja itsensä terapioinnilla tähdätään hyvään elämään, joka vaatii omien tunteiden hallintaa ja tiedostamista. Itsestä kiinnostuminen on selvästi moderni ilmiö (Furedi 2004, 143), samoin yksityisen ja julkisen alueiden eriytyminen (Jallinoja 2000, 173).

Aineistoni koostuu kuudesta aikakauslehtitekstistä, joiden aiheena on kirjoittajan oma elämä. Tekstit eivät ole vain minämuotoisia vaan omakohtaisia ja intiimejä koko sisällöltään, aiheeltaan ja käsittelytavaltaan. Kirjoittajat kirjoittavat itsestään ja käsittelevät teksteissä esimerkiksi parisuhteitaan, sairauksiaan, luonteenpiirteitään ja käyttäytymismallejaan. Tekstejä yhdistää muutoshalu ja jonkin keskeisen ongelman voittaminen. Muutoshalu on usein toivoa paremmasta – paremmasta minuudesta, paremmasta parisuhteesta, paremmasta elämästä. Muutoshalu ajaa kirjoittajia muuttumaan ja muuttamaan. Sitä ohjaavat paitsi toive omasta onnellisuudesta myös yhteiskunnan, kulttuurin ja sosiaalisen verkoston toiveet ja normit hyvästä, tavoittelemisen arvoisesta elämästä.

Kysyn aineistoltani, miten journalistinen teksti rakentaa muutoshalua. Tarkastelen muutoshalua aikakauslehtitekstien kerronnan keinona sekä syitä muutoshalun ja omakohtaisen kerrontatavan takana. Muutoshalua jarruttavia ja muutoksen toteutumista hidastavia kohtia tutkin Lauren Berlantin teoriaan (2011) pohjautuvan *julman optimismin* käsitteen avulla. Viittaan julmalla optimismilla haitallisiin objekteihin, esimerkiksi ihmisiin tai tapoihin, takertumiseen ja fantasioihin jonkin tietyn objektin kautta saavutettavasta hyvästä elämästä. Konkreettisesti käytän julman optimismin käsitettä analyysissäni hieman paradoksaalisestikin kuvaamaan ennen kaikkea muutoshalun jarruttamista, eli takertumista ongelmaan. Tutkimukseni lopuksi analysoin julmaa optimismia myös laajempana ilmiönä ja osana tekstien parempaan elämään tähtäävää luonnetta.

Peilaan julman optimismin käsitteellä ennen kaikkea menneen ja tulevan, ongelman ja ratkaisun välistä vastakkainasettelua. Tarkastelen analyysissäni, mitkä journalistiset keinot tukevat muutoshalun rakentumista, ja jaan aineistoni optimismin julmaan ja aitoon. Tarkastelen, miten julma optimismi luo illuusion takertumisen arvoisesta menneestä ja vaikeuttaa muutoshalun kehitystä muutokseksi. Analyysin lopuksi tarkastelen teksteihin rakentuvia kulttuurisia ja sosiaalisia normeja ja illuusioita ja pohdin syitä muutoshalun ja tekstien omakohtaisuuden taustalla.

Olen kiinnostunut omakohtaisista aikakauslehtiteksteistä osana tunnustuksellisuuden perinnettä ja psykokulttuuria. Liitän omakohtaisen käsittelytavan osaksi sekä aikamme terapiakulttuuria ja ”vatvomisen” perinnettä että toimittajabrändin rakentamista ja tavallisuuden ja omakohtaisuuden nousua median keskiöön, esimerkiksi tunnustuksellisen tosi-tv:n muodossa. (Esim. Aslama & Pantti 2007.) Sivuan myös tunteiden tutkimusta suomalaisen mediatutkimuksen kentällä ja pohdin muutoshalun suhdetta television muutosohjelmiin.

Haluan kohdistaa tutkimukseni aikakauslehtijournalismiin, omaelämä-kerralliseen tai tunnustavaan kerrontatyyliin ja tunteisiin – siihen, mitä on perinteisesti pidetty viihteellisenä, objektiivisuuden ihannetta vastaan sotivana tai ”hömpänä”. Tunteet ovat yhteiskunnallisestikin tärkeä tutkimuskohde, koska valta toimii tunteiden kautta. Affektien teoreettinen ymmärtäminen on tärkeää erityisesti silloin, kun tunteet toimivat meitä vastaan. (Kivimäki & Kolehmainen & Sumiala 2010, 3.) Analysoin omassa tutkimuksessani ennen kaikkea muutoshalua, sen herättämiä tunteita, siihen johtavia tunteita ja tunteita, jotka vaikuttavat sen toteutumiseen.

Tutkimukseni jakautuu kuuteen päälukuun. Luvussa 2 taustoitan ilmiöitä ja tutkimusperinteitä, joihin oma tutkimukseni kytkeytyy. Pohdin esimerkiksi omakohtaisen kerrontatyylin yhteyttä tunnustuksen kulttuuriin ja muutoshalun suhdetta television muutosohjelmiin. Sivuan myös kaunokirjallisesta journalismista tehtyä tutkimusta, affektin ja tunteiden tutkimuksen kenttää sekä Lauren Berlantin ajatusta julmasta optimismista. Luvussa 3 esittelen tutkimuskysymykseni ja luvussa 4 avaan käyttämäni metodia, käsitteiden varaan rakentuvaa lähilukua. Lisäksi esittelen kuudesta aikakauslehtiartikkelista koostuvan aineistoni ja aineiston valinnan ja rajauksen perusteet (4.1.) sekä tärkeimmät käsitteeni: *muutoshalun* (4.4.) ja *julman optimismin* (4.3.). Pohdin myös tekstin kirjoittajan asemaa ja tekstin minuuden ja kirjoittajan minuuden suhdetta (4.2.).

Analyysilukuni (5) jakautuu kuuteen alalukuun. Pohdin ensin, miten muutoshalu näkyy tekstin rakenteellisissa valinnoissa (5.1.). Jaan sen jälkeen optimismin julmaan ja aitoon ja erotan kustakin tekstistä yhden suuren muutoksen, jota muutoshalulla ajetaan (5.2.). Tulkitsen julman optimismin ennen kaikkea jarruttavan suuren muutoksen toteutumista ja kuvaan niitä tekstin piirteitä ja journalistisia keinoja, joissa julmaa optimismia selkeimmin esiintyy (5.3.). Pohdin myös tekstin muiden äänien, esimerkiksi läheisten ja erilaisten asiantuntijoiden, vaikutusta muutoshaluun ja julmaan optimismiin (5.4.). Lopuksi analysoin teksteihin rakentuvia kulttuurisia ja sosiaalisia normeja (5.5.) ja syitä muutoshalun ja omaelämäkerrallisen kerrontatavan takana (5.6.). Kuudennessa luvussa kokoon johtopäätökseni ja kytken tarkastelemani ilmiön aikaan, kulttuuriin ja journalistiseen kulttuuriin ja pohdin julmaa optimismia yleisemmän tason ilmiönä vastapainoksi edellä tarkastelemilleni julmaa optimismia ilmentäville yksittäisille tekstirakenteille. Haluan tavoittaa tutkimuksellani jotain olennaista sekä ajastamme että tarkastelemastani ilmiöstä ja kytkeä sen moninaiset osat ja piirteet toisiinsa.

2. TAUSTA: INTIIMISTÄ, TUNNUSTUKSESTA JA MUUTOKSESTA

Journalismi ei ole muuttumaton käsite tai instituutio: sen muutokseen vaikuttavat muun muassa yhteiskunnallinen tilanne, mediaorganisaation tavoitteet, lukijoiden tarpeet ja teknologia. Niin journalismia kuin journalisteja on monenlaisia. Esimerkiksi aikakauslehtijournalismi, palvelujournalismi tai narratiivinen journalismi eivät asetu, tai ole ennenkään asettuneet, perinteisiin objektiivisuuden ihanteisiin yhtä hyvin kuin perinteinen uutisjournalismi. (Helle 2009, 97.)

Yksityisen ja julkisen raja on journalismissakin häilyvä ja jatkuvasti liikkeessä. Se, mikä ennen määriteltiin intiimin ja yksityisen piiriin, kuuluu nyt medialle. (Juntunen & Väliaverron 2009, 262.) Tunteet ovat läsnä journalismissa aiempaa vahvemmin, ja puhutaankin journalismin tunteellistumisesta. Se liitetään usein viihteellisyyteen ja sensaatiohakuisuuteen. Journalismin tunteellistumisella viitataan yleensä uutisjournalismiin, mutta sama kehitys koskee myöhäismoderneja yhteiskuntia laajemminkin. (Pantti 2009, 193.) Tunneilmaisun tärkeyden syitä on etsitty muun muassa individualismista ja yhteisöllisyydestä vieraantumisesta (Pantti 2009, 194–195; Giddens 1991). Intiimin ja tunteiden esiinmarssin ilmentymänä voidaan kulttuurissamme pitää esimerkiksi *Iholla*-sarjan kaltaista

todellisuustelevisiota, jossa tavalliset ihmiset kuvaavat arkeaan videolle. Tirkistely viedään uudelle tasolle, konkreettisesti iholle.

Tutkimukseni voisi kytkeytyä esimerkiksi keskusteluihin journalismin muutoksesta, tunteellistumisesta ja yksityisen ja julkisen rajasta. Tarkastelen aiheitani kuitenkin ennen kaikkea psyko- tai terapiakulttuurin (Kivivuori 1991) ja tunnustuksellisuuden kontekstissa ja suhteessa muutokseen mediassa. En viittaa niinkään median muutokseen vaan esimerkiksi television muutosohjelmiin, joissa muutetaan itseä tai omaa elämää. Toisen tärkeimmistä käsitteistäni, julman optimismin (*cruel optimism*), lainaan Berlantin (2011) affektiteoriasta.

Elämän esittämisen perusmuotona tunnustus ei ole uusi ilmiö (Kujansivu & Saarenmaa 2007, 13), mutta omassa tutkimuksessani tunnustuksellisuuden kulttuuri liittyy ennen kaikkea 1960-luvulla käynnistyneeseen terapiakulttuurin käänteeseen. Samaan aikaan kun aikakauslehdissä paljastettiin yksityiselämän piiriin kuuluvia asioita, avoimuuden ja psykoterapian ihanteet levisivät kulttuuriin laajemminkin. Jallinoja rinnastaa median yksityisyyden täyttämän puheen terapiaan, jossa avautumista pidetään edellytyksenä paranemiselle. Näitä avautumisen muotoja ei voi silti verrata keskenään, koska terapiassa tieto jää avoimuudesta huolimatta yksityiseksi, kun taas media on itsessään julkista. (Jallinoja 2000, 175–177).

Aineistoni aikakauslehtitekstit ovat omaelämäkerrallisia ja minämuotoisia. Kirjoittaja kertoo omasta elämästään omalla nimellään. Tunnustus tehdäänkin aina ”omissa nimissä” – myös silloin, kun tunnustaja esiintyy nimettömänä. Tunnustuksen odotetaan kertovan asioista totuudenmukaisesti. Lukijasta tulee silminnäkijä ja potentiaalinen todistaja, ja siksi hänellä on tärkeä asema. (Kujansivu & Saarenmaa 2007, 11.) Vaikka tunnustus viittaa puhujan tai kirjoittajan identiteettityöhön ja itseilmaisuun, se on myös sosiaalista ja yhteisöllistä toimintaa (mts. 13).

Kytken tutkimuksessani toisiinsa tunnustuksellisuuden perinteen ja terapiakulttuurisen eli psykokulttuurisen käänteen. Sosiologi Frank Furedi on arvostellut terapiakulttuuria ja tunteisiin keskittyvää terapiadiskurssia siitä, että se tukahduttaa kriittisen keskustelun ja tekee ihmisistä omaan napaansa tuijottavia yksilöitä. Pidämme tekojamme ja valintojamme usein nimenomaan tunteidemme osoituksena ja yhteiskunnan ongelmia yksilöiden ongelmina. (Furedi 2004, 24–25, 54.) Tällaisessa tilanteessa tapahtumia voi olla vaikeaa käsittää yhteiskunnallisina prosesseina. Muiden kanssa kun on helpompi

kommunikoida siitä, *miltä meistä tuntuu*. Esimerkiksi työttömyydestä on helpompi puhua yksilön suruna kuin yhteiskunnan vaikeasti hallittavana ongelmana. Olennaista tässä on se, että yhteiskunnallisen perspektiivin katoaminen voi vain lisätä yksilöiden surua ja surevia yksilöitä. (Furedi 2004; Saastamoinen 2006, 160.)

Tunteiden sosiaalinen ja kulttuurinen tuotanto ansaitseekin tutkimuksellista huomiota sen sijaan, että tunteita pidettäisiin vain ”yksilöllisinä ja sisäsyntyisinä” (Kivimäki & Kolehmainen & Sumiala 2010, 4). Palaan tunnustuskulttuuriin ominaispiirteisiin, psykokulttuurin käänteeseen ja ennen kaikkea mediassa tunnustamiseen tarkemmin luvussa 2.2.

2.1. AIEMMASTA TUTKIMUKSESTA

Intiimiys, avoimuus, kerronnallisuus ja muutoshalu eivät itsessään ole uusia ilmiöitä, mutta ne ovat saaneet tämän päivän julkisuudessa uusia ilmenemismuotoja. Jallinojan mukaan (2000, 180–181) 1970-luvun vaihteessa alkaneessa yksityiselämän julkistamisessakaan ei ollut kyse siitä, että ”yksityiselämästä olisi tullut julkinen puheenaihe vasta tuolloin”. Suurin muutos on tapahtunut siinä, että julkisuudesta tutut henkilöt ovat alkaneet kertoa yksityiselämästään itse. Toistuessaan tämä aiheuttaa sen, että ”omakohtaisuudesta tulee yksityiselämän ydin”. (Jallinoja 2000, 180–181.)

Esittelen tässä luvussa hieman aiempaa, tutkimukseni kannalta relevanttia tutkimusta. Tiedotusopin pro graduissa on tarkasteltu jonkin verran sekä subjektiivisuutta että aikakauslehtitekstejä. Elina Pirinen (2003) on tutkinut pro gradussaan subjektiivisuutta aikakauslehtireportaasissa ja Emmi Nissi (2010) feature-journalismin jutturakenteita ja ilmaisukeinoja. Nissi on tarkastellut sekä featuren kirjoittamisoppaita että journalistisia tekstejä. Hänen tutkimuksestaan selviää, että feature-jutut rakentuvat kahdeksan eri kaavan mukaisesti, vaikka ovatkin uutistekstejä vapaampia rikkomaan rakenteita.

Anu Partanen (2007) on tutkinut totuuden käsitettä ja sen toteuttamista journalismissa. Partasen tutkielmassa tarkastellaan totuuden lajeja, journalistista totuusvaatimusta ja sitä, miten feature-journalistit ratkaisevat totuuteen liittyviä ongelmia käytännön työssään. Partasen tutkimuksessa kuvataan totuuden ristiriitaisuutta: totuus on luonteeltaan päämäärä, jota ei koskaan tavoiteta täysin. Journalismin lajityyppi toimii yhtenä

totuuden ongelman ratkaisijoista. Feature-kirjoittajat purkavat ongelmaa muun muassa korostamalla kirjoittajan läsnäoloa ja lähestymällä totuutta subjektiivisena käsitteenä.

Käsittelen seuraavaksi tarkemmin Laura Saarenmaan (2010) julkisuuskulttuurin muutosta tarkastellutta väitöskirjaa, Maria Lassila-Merisalon (2009) väitöskirjaa kaunokirjallisen journalismin poetiikasta, Susanna Paasosen (2007) artikkelia television muutosohjelmista sekä Anne Sorosen (2011) väitöskirjaa, jossa hän keskittyy yhteen muutosohjelmien lajityyppiin, kodinmuutosohjelmiin.

2.1.1. INTIIMIN ÄÄNIÄ JA KAUNOKIRJALLISIA KEINOJA

Laura Saarenmaa (2010) tarkastelee väitöskirjassaan julkisuuskulttuurin muutosta suomalaisissa ajanvieteledissä vuosina 1961–1975. Hän on valinnut tarkastelunsa kohteeksi neljä julkkistapausta: Tabe Slioorin, Laila Kinnusen, Liana Kaarinan ja Lenita Airiston. Tapaukset edustavat paitsi julkisuuskulttuurin muutosta myös sen suhdetta naisten toimintamahdollisuuksien laajentumiseen. Lisäksi ne edustavat suomalaisesta vahvan naisen mytologiasta poikkeavaa toista naiseutta. Saarenmaa käsittelee tutkimuksessaan yksityisen ja julkisen välistä rajankäyntiä ja purkaa naisen kategorian kytkeytymistä julkisesta erotettuun yksityisyyteen. (Saarenmaa 2010, 15–16.)

Saarenmaan tutkimusongelma tiivistyy kysymykseen ajanvietelevien naisille tarjoamista aktiivisuuden paikoista. Saarenmaa tarkastelee, millaisia aktiivisuuden paikkoja ajanvieteledet 1960–1970-luvuilla naisille tarjosivat, millaisia toiminnan mahdollisuuksia intiimi julkisuuden puhe- ja esitystapana tarjosi ja miten ajanvieteledet osallistuivat naisten kulttuurisen ja yhteiskunnallisen aseman määrittelyyn. (Saarenmaa 2010, 21–22.) Saarenmaan tutkitut julkkistapaukset kuvaavat ”kielletyn ja sallitun, toivotun ja epätoivotun välistä rajankäyntiä suomalaisessa julkisuudessa” ja kertovat naisille asetetuista normeista ja rajoituksista (mts. 327).

1960-luvun kulttuurinen murros muokkasi suomalaisenkin ajanvieteledistön ilmaisutapoja. Henkilökohtaisuus ja avoimuus yleistyivät julkisissa puheenvuoroissa. (Saarenmaa 2010, 142–143.) Saarenmaan intimisoitumiseksi kutsuma julkisuuskulttuurinen muutos merkitsee vaikenemisen kulttuurin murenemista ja vaihtoehtoisten äänien ja vastakkaisten puheenvuorojen nousemista esiin. Saarenmaa sijoittaa intimisoitumisen 1960-

luvun lopun kulttuurisen murroksen kontekstiin, jota ”luonnehtii todellisuuskokemusten kriisiytyminen”. (Mts. 157, 322–323.) Omakohtaisuus, henkilökohtaisuus ja tunnustuksellisuus eivät siis ole vain tämän päivän tai tämän päivän median ilmiöitä.

Maria Lassila-Merisalo (2009) tarkastelee väitöskirjassaan kaunokirjallisen journalismin poetiikkaa suomalaisissa aikakauslehdissä. Tutkimuksessa keskitytään kahteen ongelmaan: faktan ja fiktion rajan etsimiseen ja kaunokirjallisen aikakauslehtijournalismin luonteen määrittelyyn. Tutkimus sijoittuu narratiivisen käänteen aloittamaan aikakauteen. Lassila-Merisalo analysoi kaunokirjallisia lehtijuttuja narratologisesti sekä haastattelee muutamaa kaunokirjallisen journalismin tekijää. Hän on kerännyt aineistonsa aikakauslehdistä, pääasiassa *Helsingin Sanomien Kuukausiliitteestä* ja *Imagesta*. Hän määrittelee kaunokirjallisen journalismin faktuaaliseksi sisällöksi, jonka esittämisessä hyödynnetään fiktiosta tuttuja keinoja. (Lassila-Merisalo 2009, 11–12, 20.)

Kaunokirjallinen journalismi ei luovu objektiivisuuteen tai totuudellisuuteen pyrkimisestä – usein päinvastoin. Siitä huolimatta perinteisen uutisen muodon kyseenalaistaminen johtaa usein kritiikkiin subjektiivisuuden puolelle asettumisesta. (Lassila-Merisalo 2009, 18.) Lehtimäen (2002, 232) mukaan kaunokirjallisen journalismin tehtävä ei olekaan siirtää todellisuutta paperille sellaisenaan vaan ennemminkin herättää keskustelua siitä, miten todellisuutta voidaan esittää.

Tutkimuksessa keskitytään aikakauslehtiteksteihin, joille faktan ja fiktion rajan häilyminen ei ole uusi ilmiö. Lassila-Merisalo viittaa esimerkiksi 1980-luvulla syntyneisiin aikakauslehtiin, kuten *Imageen* ja *Helsingin Sanomien Kuukausiliitteeseen*, jotka korostivat toimittajan subjektia ja pyrkivät uudennlaisiin journalistisiin muotoratkaisuihin, kuten kaunokirjallisiin kerrontatyyleihin. (Lassila-Merisalo 2009, 30–31.) Kohosteinen eli oletetusta poikkeava, usein subjektiivinen, kirjoitustyyli muuttaa myös tekstin sisältöä. Kun kertojan havaittavuus kasvaa, tekstistä tulee elävämpää. Läsäoleva kertoja ikään kuin purkaa ajatusta uutisjournalismille tyypillisestä kyseenalaistamattomasta tekstistä. (Mts. 43.)

Lassila-Merisalo pohtii paljon faktan ja fiktion rajankäyntiä ja toteaa hahmottavansa kaunokirjallista journalismia ensisijaisesti faktasta käsin. Hänestä journalismissa tehdään edelleen jako kahteen, faktaan ja fiktion, joiden väliin piirretään raja. Journalismi-instituution uskottavuus perustuu siihen, että toimittajien oletetaan pysyvän faktan puolella. Lassila-Merisalo katsoo siis kaunokirjallisen journalismin kuuluvan, fiktiivisine piirteineen, journalismin kenttään ja median lainalaisuuksien piiriin. (Lassila-

Merisalo 2009, 192.) Tutkimuksesta käy ilmi, ettei kaunokirjallinen journalismi ole uusi tai vieras ilmiö Suomessa. Sen identiteetissä on kuitenkin puutteita, sillä kaunokirjallista journalismia ei ole juuri käsitelty tutkimuksessa tai koulutuksessa. (Mts. 194.)

2.1.2. MUUTOSHALU TELEVISIOSSA

Susanna Paasonen (2007) on tutkinut television muutosohjelmia, joissa tavallisten ihmisten asuntoja, autoja tai kehoja muokataan asiantuntijoiden avulla paremmiksi. Paasonen käyttää käsitettä *omannäköinen*, koska muokkauksen kohteena olevien asioiden katsotaan edustavan ihmisten persoonallisuutta. Artikkelissa tarkastellaan tätä omannäköisyyden paradoksia muutosohjelmien jännitteenä. (Paasonen 2007, 46.) Muutosohjelmia yhdistää asiantuntijavallan lisäksi juuri yksilöllisyyden paradoksaalinen korostaminen. Uusi muokattu tyyli henkii omannäköisyyttä vaikka muistuttaa usein hyvin vahvasti konservatiivisia, yleisesti hyväksyttyjä normeja. Ohjelmat viestivät, että ”aito” omannäköisyys on hyvännäköistä vain osana tai mukaillessaan yleistä mielipidettä. (Mts. 64–65.)

Muutosohjelmissa keskeisessä roolissa on tavallinen ihminen. Tavallisuus merkitsee arkisuutta ja katsojien jakamaa tuttuutta. Paasonen liittää muutosohjelmat niin sanottuun tosi-tv:n toiseen aaltoon, jonka keskiössä on osallistujien auttaminen tai kehittäminen kiusaamisen sijaan. (Paasonen 2007, 47.) Paasonen artikkelissa pohditaan tavallisuuden, tyylin ja maun kysymyksiä ja suhteutetaan ne Anne Croninin teoretisoimaan kulutuskulttuurin pakkoyksilöllisyyteen, jossa ”yksilöllisyys ei ole vaihtoehto vaan pikemminkin minuuden pakollinen väylä” (Paasonen 2007, 47; Cronin 2005, 43). Paasonen pohtii, kuinka ohjelmaformaatti tuottaa omannäköisyyttä samaan aikaan sekä tavallisena että erityisenä, asiantuntijoiden tekemänä että henkilökohtaisena. Muutosohjelmissa ikään kuin brändätään itseä kuluttamalla. Elämäntyyliprojektit ovat työkaluja, joilla itseä hahmotetaan. (Paasonen 2007, 48.)

Croninin mukaan sekä konsumerismin että nykyidentiteettidiskurssien ydin on ”autenttisen sisäisen minuuden ihanne, jota voidaan ilmaista kulutuskäytäntöjen minätekniikoiden kautta”. Minä on tee-se-itse-projekti, jossa yksilö on sekä tekijä että tekemisen kohde. Minuus nähdään hankkeena tai päämääränä. Projektiin kuuluu lupaus muutoksesta. Ensimmäisessä itsen projektin merkityksessä itsen etsintää ei voida koskaan

viedä loppuun asti, sillä muutoksen mahdollisuus suuntautuu ikuisesti eteenpäin. Toisessa merkityksessä on kyse jo muodostetun minän hahmottamisesta. (Cronin 2005, 39–40.)

Minän mahdollisuudet sijoitetaan siis samaan aikaan sekä sisäiseen yksilöllisyyteen ja ainutkertaisuuteen että tulevaisuuden heijastuksiin. Itseilmaisuus on ikään kuin sekä oikeus että velvollisuus. Yksilöllisyydestä on tullut pakollista. (Paasonen 2007, 49; Cronin 2005, 41.) Omannäköisyys on elämäntyyli-ohjelmien paradoksi, koska jokin väärä, esimerkiksi tyyli, estää ilmaisemasta yksilöllisyyttä, jonka voi paradoksaalisesti saavuttaa asiantuntijoiden tai oikeanlaisten tuotteiden avulla. (Paasonen 2007, 49.)

Paasonen käyttää artikkelissaan maun käsitettä, jolla hän viittaa tyylien arvioimiseen ja soveltamiseen. Hyvä maku viittaa tietyn sosiaalisen normin saavuttamiseen ja kumpuaa ihmisten omien mieltymysten sijaan asiantuntijoiden näkemyksistä (Paasonen 2007, 50.) Muutoksen lähtökohta on siis hieman erilainen kuin oman aineistoni teksteissä, joissa on useammin kyse omasta hyvinvoinnista kuin sosiaalisista normeista. Poikkeuksiakin on: esimerkiksi kehonkuvaa käsittelevissä teksteissä taustalla on paljon sosiaalisia normeja ja illuusioita täydellisestä vartalosta ja yleisesti halutusta ja hyväksytystä naiskuvasta.

Anne Soronen (2011) tarkastelee väitöskirjassaan makua ja sukupuolta television kodinmuutosohjelmissa, *Kodin kääntöpiirissä* ja *Innossa*. Siinä missä Paasonen käsittelee muutosohjelmia laajemmin, Soronen keskittyy vain kodin muutosta käsitteleviin ohjelmiin. Soronen analysoi muutosohjelmia itsen esityksinä ja makuneuvotteluina. Kodit nähdään asukkaidensa persoonien kuvastajina. Soronen tarkastelee ennen kaikkea sitä, miten ohjelmissa tuotetaan sisustamiseen ja sisustussuunnitteluun liittyviä sukupuolimerkityksiä. (Soronen 2011, 8–9.) Konventionaalisuus ja normatiivista heteroutta tuottava kaavamaisuus hallitsevat molempien sarjojen osallistujien itseyden esityksissä. Myös sisustussuunnittelijoiden esittäminen hyvän maun asiantuntijoina saa sukupuolittuneita piirteitä. (Mts. 232–233.)

Sisustussuunnittelijoiden asiantuntijuutta korostetaan jälleen, jolloin osallistujien vastuulle jää tavallisuuden ja perehtymättömyyden edustaminen. (Soronen 2011, 10, 63.) Muutokseen kohdistetaan sekä odotuksia että pelkoja omien toiveiden huomiotta jättämisestä. Asiantuntijoiden uskotaan osaavan ratkaista haasteita ja ajatella uusilla, kekseliäillä tavoilla tavallisimpien ratkaisuiden sijaan. Keskeisessä roolissa on myös tavallisuuden tematiikka, joka ohjelmien osallistujiin ja heidän asuntoihinsa ennen muutosta liittyy. Soronen nimittää tavallisuuden yhteiseksi nimittäjäksi osallistujien ”maallikkosisustajuutta”. Tavallisuuden

kriteeriksi riittää siis periaatteessa se, ettei ole ammattisisustaja. Tavallisuus perustuu myös siihen, että ohjelmissa kuvattavat kodit ovat yleensä kulttuurisessa ja kansallisessa kontekstissa tuttuja. (Soronen 2011, 10–12.)

Myös henkilökohtainen näkökulma yhdistää erilaisia kodinmuutosohjelmakonsepteja (Soronen 2011, 12). Paasonen puhuu omannäköisyyden paradoksista (2007, 46). Sorosen mukaan omannäköisyyteen kytkeytyvä aitous on kodinsisustuksen diskurssissa itseisarvo. Trendikkyyteen panostaminen uhkasi asukkaiden persoonien aitoa ilmentämistä. (Soronen 2011, 63.) Omannäköisyys suodattuu kuitenkin aina asiantuntijoiden kautta: kaikkein parhaiten itseä kuvastavat asiat voidaan saavuttaa vain toisten avulla (Mts. 234). Omannäköisyys muistuttaa usein yleistä mielipidettä ja sosiaalisesti ja kulttuurisesti hyväksytyjä normeja (Paasonen 2007, 64–65).

Sorosen mukaan tavallisuuden käsite otetaan elämäntyyli television tutkimuksessa toisinaan liian annettuna. Kodinmuutosohjelmien osallistujien tavallisuus on rooli, johon ohjelmakonsepti heidät istuttaa. Soronen puhuu tavallistamisesta, eli tavallisuuden vaikutelman luomisesta. Samalla osoitetaan, että tavalliset kodit ovat parantelun ja muutoksen tarpeessa. Tavallisuutta voidaan tarjota myös samastumispinnaksi katsojille. Tämä on kuitenkin vain yksi mahdollinen suhtautumistapa. (Soronen 2011, 234–235.) Tavallistamisen ajatus ja tosi-tv:n toinen aalto asettuvat mielenkiintoiseen suhteeseen niin sanotun perinteisen, varhaisen tosi-tv:n kanssa. Sen suosiota on perusteltu paitsi tirkistelyllä myös muun muassa sillä, että ”kuka tahansa voi olla julkkis, kunhan näkyy mediassa”. Tirkistelyn ja paljastamisen käänköpuoli onkin tavallisen ihmisen sankaritarinaan samastuminen. (Aslama 2002, 166–167.) Kyse on siis tavallaan juuri tavallisuuden nostamisesta tapetille, mutta tuosta tavallisuudesta vain pyritään kohti jotakin muuta, julkisuutta.

Kodinmuutosohjelmien tavallisuus nivoutuu kulutussuuntautuneeseen elämäntyyliin, jossa tuotteiden kautta rakentuva ajantasaisuus on keskeistä (Soronen 2011, 67). Kodinmuutosohjelmat tuottavat kuvaa mukavaa elämää viettävistä osallistujista. Nykyhetkeä määrittää yleinen tyytyväisyys, eikä vaikeiden elämäntilanteiden kuvaus istu konsepteihin. (Mts. 68.) Sisustussuunnittelijoita ei siis nähdä elämän karikoista pelastavina hyvän tekijöinä tai sisustuksen muutosta jonkin suuremman muutoksen metaforana, toisin kuin monissa oman aineistoni teksteissä. Niissä kyse on usein nimenomaan vaikeiden elämäntilanteiden tai ainakin jonkinasteisten ongelmien kuvauksesta.

2.2. TUNNUSTUKSESTA JA TERAPIAKULTTUURISTA

Tunnustusperinteen muotoutumiseen on vaikuttanut muun muassa kristillisen kirkon tunnustuskäytäntö. Tunnustamisen keskeisiä elementtejä ovat tunnustaja, tunnustuksen vaatija ja armahtaja (Sumiala-Seppänen 2007, 165). Foucaultin ajatuksissa tunnustukseen liittyy aina valtasuhde: toisella osapuolella on valta edellyttää tai arvioida tunnustusta (esim. mts. 165; Koivisto 2007, 104–105). Tunnustuksen käsite on pysynyt vuosien saatossa melko samanlaisena, mutta sen sisällöt, kontekstit ja esittämisen välineet ovat voineet muuttua paljonkin (Kujansivu & Saarenmaa 2007, 17).

Medioidussa tunnustamisessa eli mediassa tapahtuvassa tunnustamisessa yksityiselämä ja tunteet murtautuvat julkiseen tilaan. Media on ikään kuin yksi terapian muoto, joka tarjoaa mahdollisuuden käsitellä yksityisiä ongelmia julkisesti. Nykykulttuurissa juuri mediasta on tullut se tila, jossa tunnustetaan. (Sumiala-Seppänen 2007, 163–164.) Mediakulttuurissa tunnustamisen tapahtumaan osallistuvat median ammattilaiset, esimerkiksi tuottajat, journalistit ja juontajat (mts. 166).

Media sulkee sisäänsä erilaisia tunnustamisen konteksteja: yksittäisiä medioita ja välineitä. Epäkohtien osoittaminen mielletään yleisesti yhdeksi journalismin tehtävistä, ja tällöin voidaan ajatella, että tunnustusta vaativat journalistit ja journalismi instituutiona. (Sumiala-Seppänen 2007, 168.) Oma aineistoni ei kytkeydy suoraan ajatukseen vallanpitäjien avoimuudesta tai julkisuuden henkilöiden tunnustamiseen (mts. 171) – tai heidän elämäänsä tirkistelyyn. Aineistoni tekstit voi tavallaan liittää osaksi yksityisten ihmisten tunnustamisen jatkumoa, tosi-tv-julkisuutta ja avautumista internetin keskustelufoorumeilla ja sosiaalisessa mediassa. Tavallisten ihmisten nousu tunnustajiksi liittyy vahvasti nimenomaan tosi-tv-kulttuurin nousuun (mts. 173). Oman aineistoni tekstit eroavat tällaisesta tunnustamisen muodosta kuitenkin muun muassa siinä, että tunnustaja on toimittaja tai kirjoittaja, joka esiintyy omalla nimellään ja ”tunnustaa työkseen”.

Oma aineistoni kytkeytyy tunnustamisen ja tunnustuksellisuuden jatkumoon muun muassa siksi, että yksityisen ja julkisen rajan häivyttäminen on medioidun tunnustamisen tärkeimpiä piirteitä. Tunnustaminen on mahdollista vain niin, että yksityisestä tulee julkista,

sillä julkinen ei ole enää tunnustamisen arvoista. Mitä pidemmälle tämä kehitys jatkuu, sitä vähemmän tunnustettavaa jää. (Sumiala-Seppänen 2007, 170.)

Tunnustamisen kulttuuri kytkeytyy terapiakulttuuriin tai psykokulttuuriin laajemminkin. Psykokulttuurilla tai arjen psykologisoitumisella viitataan siihen, että ihmiset alkavat tulkita tapahtumia ympärillään ja puhua elämästään psykologisen ajatteluperinteen käsittein (Kivivuori 1991, 8). Erilaisten tunteiden tunnistaminen ja käsitteleminen kuuluu psykokulttuuriin, ja väärin ilmaistuja tai tukahdutettuja tunteita pidetään usein yhteiskunnallisten ongelmien aiheuttajina. (Ruoho & Saarenmaa 2011, 60.) Psykokulttuurille tyypillisinä piirteinä pidetään myös minuuden kulttuurista painottamista ja vatvomista, tunteiden keskeisyyttä tavassa hahmottaa todellisuutta, psykologien ammattikunnan kasvua sekä uusien käyttäytymismallien määrittelyä psykologisiksi häiriöiksi. Myös uhripuhe, eli ihmisten kasvava halu omaksua jokin sairausidentiteetti, liitetään usein psykokulttuuriin. (Hamilo 2007, 28.)

Psykokulttuuri näkyy kulttuurissamme esimerkiksi omaelämäkerrallisen muistelmakirjallisuuden ja tv-ohjelmatyyppien suosion nousuna ja henkilökohtaisten ongelmien julkisena käsittelynä (Ruoho & Saarenmaa 2011, 59–60). Tästä kehityksestä on kyse myös aineistoni teksteissä. Psykokulttuurinen käänne on nostanut mielenkiinnon kohteeksi nimenomaan vastoinikäymiset. Niistä on tullut ”hyväksyttävä ja jopa suotava puheenaihe”, koska ongelmistaan puhuvaa ihmistä pidetään uskottavana ja syvällisenä. (Mts. 61.)

Nykykulttuurissa arvostetaan itsensä etsimistä ja toteuttamista, persoonallisuutta ja henkistä kasvua. Yhteisöllisyydestä paetaan ihmisen sisäiseen ajatusmaailmaan. (Kivivuori 1991, 15.) Aikeet motivoituvat siitä, miten ne vaikuttavat ihmisen psyykeen, minuuteen ja henkiseen tasapainoon. Edifioivalle eli mieltäylentävälle psykologialle on tyypillistä pohtia, millainen on terve ja aito ihminen (mts. 17–19). Tämän päivän länsimaisella ihmisellä on paljon tietoa elämän jatkuvuudesta, rakentumisesta ja menneisyyden tapahtumien merkityksistä. Osaamme sekä pohtia mennyttä että ennakoida tulevaa. Koska ihminen on lopulta vastuussa itsestään, hänellä on oltava kyky tiedostaa itsensä ja tunteensa tietääkseen, mihin on elämässään menossa. (Saastamoinen 2006, 139.) Nykysosiologiassa ihmisen minuutta pidetään usein projektina, joka tähtää yksilöllisyyteen ja oman elämän tiedostavaan tarkkailuun. Ihmisyyden tarkastelu on tänä päivänä hyvin hankalaa ilman viittauksia psykologian luomiin käsitteisiin. (Mts. 139–140.)

Viimeisen sadan vuoden aikana terapeutit käyttävät käytännöt ovat levinneet lähes kaikkialle länsimaiseen kulttuuriin (Sumiala-Seppänen 2007, 177). Psyko- ja terapiakulttuuriin liittyy olennaisesti ajatus ihmisestä lähtökohtaisesti ongelmaisena ja haavoittuvaisena. Yksilön ongelmiksi käännetään helposti myös monet yhteiskunnan kulttuuriset tai rakenteelliset epäkohdat. Tällöin ongelmia koetetaan myös ratkaista muuttamalla ja parantamalla yksilöitä. (Saastamoinen 2006, 140; Sumiala-Seppänen 2007, 177.) Ongelmakeskeinen ajattelu on hyvin luettavissa aineistostani. Teksteissä on kyse muutoshalusta, joka taas syntyy muutosta vaativasta ongelmasta. Kirjoittajan näkökulmasta rakennetut tekstit kuvaavat hyvin ongelmien yksilökeskeistä ratkaisutapaa.

Tunnustuksessa esiin nostetut teemat ovat siis aina henkilökohtaisia. (Sumiala-Seppänen 2007, 177.) Terapeuttinen kulttuuri määrittelee yksilön käsitystä itsestään osana yhteiskuntaa. Terapeuttisen kulttuurin ytimessä on yllä mainittu ajatus yksilöstä tunteellisenä olentona, luonteeltaan haavoittuvana ja ongelmallisena. Koska tällainen ajatus suuntaa katseen yksilön sisäiseen tunnemaailmaan ja ongelmista tulee henkilökohtaisia, niihin voi löytää ratkaisun vain avautumalla eli tunnustamalla. (Mts. 179.) Terapeuttisen kulttuurin paradoksi on se, että tunnustuksen oletetaan toisaalta vapauttavan yksilön ahdistuksesta, mutta toisaalta, ”terapeuttisen kulttuurin sisäisessä logiikassa”, olennaisempaa on ylläpitää tunnustamisen tarvetta. Tällainen kulttuuri normittaa yksilöiden tunne-elämää ja pitää yksityisen ja henkilökohtaisen julkisuudessa. (Mts. 179; Furedi 2004, 103–105.)

Kulttuurin identiteetti- ja yksilökeskeisyydelle on lukuisia syitä. Saastamoisen mukaan (2006, 141–143) yhteiskunnalliset rakenteet ovat muuttuneet niin nopeasti, että vain omaa minuutta on mahdollista hallita. Kun yhteiskunta muuttuu ongelmalliseksi, myös identiteetistä tulee ongelmallinen. Identiteetti rakentuu osin kulttuuria sisäistämällä, ja modernin yhteiskunnan lupaukset vauraudesta ovat tuoneet mukanaan yllätyksiä ja epävarmuutta, kuten pätkätöitä. Ajatus ongelmallisesta identiteetistä johtaa luonnollisesti yksilökeskeiseen ongelmanratkaisuun, johon jo aiemmin viittasin. Aineistoni tekstit ovat hyviä esimerkkejä sekä minuuden hallinnasta että yksilökeskeisestä ongelmanratkaisusta, jossa yhteiskunnan tai kulttuurin laajalti tuntemiin epäkohtiin haetaan ratkaisua yksilön näkökulmasta.

Psykokulttuuria on kritisoitu ongelmien yksilökeskeisen hahmottamisen lisäksi muun muassa siitä, että sen avulla lääke- ja psykologiateollisuus luovat tarpeita ja kysyntää omille tuotteilleen. Kehitys koskee myös terapeuteille: jotta terapiat saadaan kaupaksi,

on kehitettävä niihin soveltuvia oireyhtymiä. (Hamilo 2007, 14.) Psykokulttuurilla on taipumus asettaa diagnosoinnin kohteeksi erityisesti kaikki keskimääräisestä poikkeava.

2.3. AFFEKTIN TUTKIMUS SUOMESSA

Aineistoni teksteistä kumpuava muutoshalu on affekti, eli eräänlainen tunteen ilmaus. Affektin käsite kuvaa sosiaalisen ja subjektiivisen välisiä rajankäyntejä, esimerkiksi kehojen, representaatioiden ja objektien välillä. Affekti huomioi sen, että tunteet ovat paitsi mielen tiloja myös kehollisia kokemuksia. (Puustinen 2010, 47; Koivunen 2008, 6.) Tarkastelen tässä luvussa affektin ja affektiivisuuden tutkimusta suomalaisessa mediatutkimuksessa. Viimeisessä taustaluvussa avaan Lauren Berlantin affektiteorian (2011) julman optimismin (*cruel optimism*) käsitettä.

Kielentutkimuksessa affektisilla ilmauksilla tarkoitetaan kielenaineksia, joilla osoitetaan suhtautumista tai asennoitumista asiaan tai puhekuppaniin (VISK § 1707). Kielellinen merkitys voidaan jakaa seitsemään kategoriaan, joista yksi on affektinen merkitys. Affektinen kieli heijastelee tunteita ja asenteita. (Leech 1990, 15–16.) Affekti on hankala käsite, sillä kaikki kielenkäytön keinot voivat potentiaalisesti olla affektin ilmaisun välineitä (Visapää 2002, 8).

Tunteita käsittelevässä tutkimuksessa tehdään usein jako affekteihin ja emootioihin. Emootio yhdistetään usein sosiaaliseen ja kulttuuriseen ja affekti biologiaan ja fyysisiin tunnereaktioihin. On myös esitetty, että emootio vaatii aina subjektin, toisin kuin affekti. Affektin ja emootion erottaminen voi myös tuntua teennäiseltä, jos tunteet käsitetään ”sosiaalisesti muotoutuneina, historiallisina sekä kulttuurisesti opittuina”. Affektin merkityksistä kiinnostuneita lähestymistapojakaan ei voi pelkistää yhdeksi tietyksi affektiteoriaksi. (Kivimäki & Kolehmainen & Sumiala 2010, 2–3.) Käytän omassa tutkimuksessani Berlantin julman optimismin käsitettä, joka on vain yksi monista tavoista lähestyä affektia.

Länsimaisessa ajattelussa tunteita pidetään usein rationaalisen ajattelun vastakohtana. Kuva tunteista on enemmän negatiivinen kuin positiivinen. Ne nähdään hallitsemattomina ja vaarallisina, koska ne tekevät ihmisistä haavoittuvaisia. (Pirskanen 2006, 106.) Anu Koivunen on tarkastellut humanistisen ja yhteiskuntatieteellisen tutkimuksen

affektiivista käännettä eli kiinnostusta tutkia ihmisen ja maailman suhteita tunteiden ja kokemuksen käsittein. Suomessa mediatutkimusta jäsentää kuitenkin tunneongelma: tunteiden ja kokemuksellisuuden sivuuttaminen tai käsittäminen ongelmaksi. Koivunen esittää artikkelissaan tunneongelman purkamisen ja tunteiden vakavasti ottamisen ja käsitteistämisen mediatutkijoiden haasteeksi. (Koivunen 2008, 5.)

Kysymyksiä ihmisen ja maailman suhteista on alettu 2000-luvun alusta yhä useammin pohtia tunteiden ja kokemuksen käsittein (Koivunen 2008, 5). Käännettä on kutsuttu myös terapeutiseksi käännteeksi. Terapeuttinen käänne taas kytkeytyy psykokulttuuriin, jolle minuuden kulttuurinen painottaminen, tunteiden keskeisyys ja sairausidentiteetin omaksuminen on tyypillistä (Hamilo 2007, 28). Edellä mainittu affektin ja emotionin käsitteiden vastakkainasettelu on tyypillistä tunteen uudelle tulemiselle. Osa tutkijoista ymmärtää emotiot kulttuurisiksi ja affektit ruumiillisiksi. Osa liittää emotiot kieleen ja psykologiseen tietoon ja mieltää affektit esikielellisiksi tunnetun maailman haastajiksi. (Koivunen 2008, 6.)

Mediatutkijoiden tunteista kiinnostumiselle voidaan esittää lukuisia syitä. Toisaalta kiinnostusta selittää laajempi kulttuurinen muutos. Toisaalta tunteista puhutaan, koska tutkimuksen kohde eli media on muuttunut ja tunteellistunut. Kolmanneksi voidaan nostaa esiin tutkimuskentän metodologiset trendit ja neljänneksi teorianhistoriallinen kehys. Suomessa tunteiden rakentumista ja esittämistä tarkastelevissa tutkimuksissa tunteet esitetään kulttuurisesti muotoutuviksi ja säännellysti ilmaistaviksi. Tunteita tarkastellaan sekä yksilöiden että yhteisöjen identiteettien rakennusvälineinä. (Koivunen 2008, 6–8.)

Koivunen näkee suomalaisen mediatutkimuksen kentän tunneongelman paitsi näkevän tunteet itsessään ongelmallisina myös problematisoivan tunteiden käsitteellistämistä. Tunne ja järki on pyritty pitämään erillään erottelemalla medioita todellisuus- ja mielikuvitushakuisiin ja asia- ja viihdenälkäisiin. Emotiot ja affektit nähdään järkeä vähempiarvoisina. Käytännössä tämä tarkoittaa usein sitä, että faktaa tutkitaan harvoin tunteiden tai kokemuksen näkökulmasta ja fiktiota ei usein tutkita ollenkaan. Ongelmallista on myös se, että tunteita pidetään usein yksilöllisinä ja siksi yleistämisen tai laajemman tutkimuksen näkökulmasta epäkiinnostavina. Tunteiden yksilöllisyyden ajatus kytkeytyy taas psykokulttuurin ajatukseen yksilökeskeisistä ongelmista ja ongelmanratkaisusta. Kolmanneksi ongelmaksi Koivunen nostaa tunteiden tavaroitumisen ja neljänneksi tavan käsittää tunteet annetuiksi mielentiloiksi, jotka valtaavat mielen. Jos tunteita tutkitaan vain

yksilöreaktioina tai annettuina tiloina, tunteita tai affekteja ei pidetä tulkintaa vaativina teksteinä. Lisäksi tunteet käsitetään usein kiistämättömiksi voimiksi, jotka vangitsevat tai lumoavat ja joita on aina hieman epäiltävä. (Koivunen 2008, 18–19.)

Mediaan ja viestintään liittyvän tunnetutkimuksen huomio kiinnittyy usein ”viihteellisyyteen ja kaupallisuuteen, median tuottamaan mielihyvään, terapeuttisuuteen ja voimaantumiseen, sekä erilaisiin konflikteihin ja katastrofeihin”. Tunteiden merkitystä ei voi kuitenkaan pelkistää voimaantumisen kokemuksiin tai tunteisiin, jotka myyvät. Suomalaisessa mediatutkimuksessa vähälle huomiolle ovat jääneet huonot tunteet, tunteiden arkipäiväisyys ja voimattomuuden ja haavoittuvuuden tunteet. Viime aikoina kulttuurintutkimus on kuitenkin kiinnittänyt huomiota esimerkiksi pelkoon, häpeään ja vihaan, eli ”huonoihin tunteisiin”. Hyvien ja huonojen tunteiden erottaminen ei kuitenkaan ole yksioikoista, eikä niitä voi aina edes erottaa toisistaan. (Kivimäki & Kolehmainen & Sumiala 2010, 4.) Ongelmallista on myös huonojen tunteiden mieltäminen menneisyyteen ja hyvien tulevaisuuteen suuntautuviksi (Ahmed 2010). Tätä hyvien ja huonojen tunteiden erottamisen ja suuntautumisen problematiikkaa sivuan omassakin tutkimuksessani.

Affektiivisuuden problematiikka esiintyy tutkimuskentässä lähinnä esittämättöminä kysymyksinä, jotka eivät poistu niistä vaikenemalla. Koivunen havainnollistaa Suomen mediatutkimuksen kentän tunneongelmaa historiallisella katsauksella, mutta muistuttaa, ettei ongelma poistu, jos tunne vain ikään kuin lisätään uutena tulokkaana olemassa olevaan tutkimusagendaan. Koivunen peräänkuuluttaa kykyä ajatella uudelleen perustavanlaatuisia kysymyksiä medioista ja niiden merkityksistä ja käytöstä. (Koivunen 2008, 17–18.) Tunteet on nostettava kysymyksiksi eikä nähtävä vastauksina tai luokittelevina termeinä. Koivunen itse pitää tärkeänä tunteisiin liittyvän arkiretoriikan kyseenalaistamista ja näkee tunteiden tutkimuksen merkityksellisenä eron ja vallan, maailmallisuuden ja ajallisuuden kysymyksissä. Koivunen muistuttaa, että toimintana tunteet eivät ole vaan ne tekevät. (Mts. 20.)

Affektin ja tunteiden tutkimus ja niiden asema mediatutkimuksen kentällä ja mediassa kytkeytyy edellä esittämäni terapiakulttuuriseen käänteeseen ja tunnustuksellisuuden perinteeseen. Psykokulttuuri, tunnustuksellisuus ja median tunteellisuus ja sen tutkimus ovat kaikki toisiinsa kytkeytyviä ilmiöitä ja oman tutkimukseni kontekstin osia. En usko, että niiden erottaminen toisistaan täysin on mahdollista tai edes tarpeellista.

2.4. LAUREN BERLANTIN JULMA OPTIMISMI

Oman tutkimukseni affektintutkimuksellinen näkökulma ammentaa Lauren Berlantin ajatuksista. Käytän analyysissäni Berlantin julman optimismin käsitettä työkaluna sekä yksittäisten journalististen keinojen tarkastelussa että käsittelemäni ilmiön laajemmassa ymmärtämisessä. Julman optimismin (*cruel optimism*) käsite viittaa yksinkertaistetuimmillaan tilanteeseen, jossa ihmisen halun kohde on todellisuudessa este menestykselle. Lauren Berlantin mukaan halu voi kohdistua esimerkiksi ruokaan tai rakkauteen tai olla fantasia ”hyvästä elämästä”. Julmaa optimismia voi nähdä myös hyvin pienissä asioissa, kuten uudessa tavassa, jonka ihminen uskoo parantavan elämänlaatuaan. Kaikki optimismi ei tietenkään ole automaattisesti julmaa. Optimismi on julmaa vain silloin, kun himon kohde vain vaikeuttaa tavoitteen saavuttamista. (Berlant 2011, 1.)

Kaikkia suhteita voidaan pitää optimistisina, jos määrittelemme optimismin voimaksi, joka liikuttaa ihmistä kohti ”sitä jotakin” eli luomaansa tavoitetta tai menestystä. Kaikki suhteet eivät silti välttämättä tunnu optimistisilta. (Berlant 2011, 2, 24.) Berlant perustelee kaikkien suhteiden optimistisuuden sillä, että halun kohteet ovat aina nippu lupauksia jostakin meille mahdollisesta. Lupaukset voivat esiintyä esimerkiksi ihmisen, asian, instituution tai idean muodossa. Halun kohteen läheisyys merkitsee sen edustamien lupausten läheisyyttä. Jotkut niistä tekevät meille hyvää, jotkut eivät. (Berlant 2011, 23–24; Berlant 2006, 20.)

Berlantin teoriassa julmaan optimismiin kytkeytyy ajatus jostakin, mitä ”kaikki haluavat”. Halun kohteen saavuttanut voi huomata sen olevan todellisuudessa vain taakka tai häpeä. (Berlant 2011, 43.) Ajatus yhteisistä haluista kytkeytyy fantasiaan hyvästä elämästä. Julma optimismi ikään kuin yllyttää elämään ja pitämään kiinni affektiivisesta suhteesta, jota kutsumme hyväksi elämäksi. (Mts. 27.) Aineistoni tekstit nostavat esiin useita illuusioita ja fantasioita, joita hyvän elämän ideaan länsimaisessa yhteiskunnassa kuuluu. Palaan näihin kulttuurisiin malleihin tarkemmin luvussa 5.5.

Julma optimismi luo kompromissien olosuhteet, joissa jonkin toteutuminen on joko epätodennäköistä tai mahdotonta, pelkkää fantasiaa, tai liian mahdollista ja vaarallista. Ihmiset, joilla on jokin halun kohde elämässään, eivät välttämättä kestä fantasiansa menettämistä huolimatta siitä, että sen läsnäolo uhkaa heidän hyvinvointiaan. Tämä perustuu siihen, että halun kohteen muodollinen läsnäolo lupaa sen herättämien tunteiden, odotusten ja

lupausten jatkuvuutta. Menettämisen pelko voi lietsoa pelkoa kaiken toivon, tai ylipäänsä kyvyn toivoa mitään elämässään tai elämältään, menettämisestä. (Berlant 2011, 24.) Julman optimismin objektit kun eivät tunnu uhkaavilta vaan ainoastaan uuvuttavilta (mts. 31).

Haitallisen objektin menettäminen voi siis tuntua suuremmalta pahalta kuin sen pitäminen. Optimismista tulee julmaa, kun ongelmasta tai haitallisesta objektista pidetään kiinni kuin se olisi korvaamaton ja veisi mennessään kaikki tulevat syyt elää ja odottaa asioita elämältä. Optimismi syntyy siis siitä, että haitallinen objekti tuntuu ongelmineenkin ainoalta asialta, joka luo uskoa tulevaisuuteen ja tekee elämästä mielekäästä. (Berlant 2011, 24.) Esimerkiksi Meri Valkama kirjoittaa aineistoni tekstissä (*Olivia* 3/2012) väkivaltaisessa parisuhteessa elämisestä. Luen julmaa optimismia niistä tekstin kohdista, joissa kirjoittaja keksii selityksiä miehensä väkivaltaiselle käytökselle. Toimivan parisuhteen illuusio peittoaa suhteen ongelmat, koska ajatus suhteesta luopumisesta on pelottavampi kuin epämukavaan tilanteeseen jääminen. Ainahan on mahdollista, että väkivaltainen mies muuttuu. Jos on rakentanut tietyn suhteen ympärille haaveen toimivasta ja onnellisesta parisuhteesta, voi tuon suhteen päättyessä tai uhatessa päättyä pelätä menettävänsä myös uskon ja mahdollisuuden haaveidensa kohteeseen eli toimivaan ja onnelliseen parisuhteeseen. Todellisuudessa vain haitallisesta suhteesta lähteminen voi edesauttaa tuon haaveen toteutumista.

Julma optimismi siis ylläpitää suhdetta huomattavan ongelmalliseen kohteeseen, joka voi olla esimerkiksi juuri hankala parisuhde tai vääristynyt kehonkuva. (Berlant 2011, 24.) Mitä tapahtuu, jos jonkin toimimattoman menettäminen on tuskallisempaa kuin sen pitäminen? Berlant kommentoi ja politisoi ajatuksillaan muun muassa Freudin huomiota, jonka mukaan ihminen ei ole ikinä innokas luopumaan haluttavasta asemasta, vaikka tai varsinkaan silloin, kun korvaava asema tai tilanne jo kutsuu häntä siirtymään eteenpäin. (Berlant 2011, 27.) Juuri tämän kamppailun kuvaamiseen käytän julman optimismin käsitettä omassa analyysissäni.

Berlant muistuttaa, ettei mielihyvä tunnu aina hyvältä. Asioiden ja niiden vastakohtien ja epäjohdonmukaisuuksien suhteiden ymmärtäminen on avain sen ymmärtämiseen, mikä sitoo ihmisiä haitallisiin tapoihin. Mitkään riippuvuussuhteet eivät voi perustua sille, että affektit ovat jatkuvasti esillä tunteellisessa kielessä, jos kritiikki haluaa määrittää normeja uudelleen. (Berlant 2011, 159.) Yhdistän tämän ajatuksen sosiaaliin ja kulttuurisiin normeihin ja ulkopuolisten julmaa optimismia muovaaviin mielipiteisiin.

Haitallinen halu voi aiheuttaa häpeää ja jäädä omaksi salaisuudeksi, jota ei kehdata nostaa edes omien tunteiden tutkittavaksi – saati julkiseen keskusteluun.

Berlant on analysoinut julman optimismin käsitteen avulla muun muassa Mary Gaitskillin novellia *Two Girls, Fat and Thin* (1991). Berlantin mukaan kaikki Gaitskillin kirjat koettavat selvittää kivuliaan historian ja traumatisoituneiden objektien selviytymiseen tähtäävän kivuliaan optimismin suhdetta. Traumasta ei ikinä pääse, koska se pitää otteessaan ja uskottelee, että itsellä on vähiten valtaa omasta kohtalostaan. (Berlant 2011, 126–127.) Berlantin mukaan molemmat Gaitskillin novellin työistä näkevät negaation jonakin kehittävänä, samaan aikaan kiintymyksen osoituksena ja pistävänä eleenä. Vanhemmat miehet opettavat tytöille novellissa ilkeyden arvon ja he viettävät nuoruutensa toistaen sen julmuutta aina, kun he kokevat tarvetta nousta maailman normaalien kiintymyssuhteiden yläpuolelle. Julma ilkeys ei ole vain kiintymystä tuhoavaa vaan se myös sitoo tyttöjä optimistisiin kiintymyksen osoituksiin. (Mts. 132.)

Berlantin mukaan novellissa on sidottu yhteen persoonaton muodollisuus ja ainutlaatuinen itsensä kehittämisen projekti. Itsesuojelua ja riskiä on mahdotonta erottaa toisistaan. (Berlant 2011, 132.) Julmaan optimismiin voi siis liittyä ajatus julmuuden kehittävydestä ja opettavaisuudesta. Oman kiintymyssuhteen voi myös nähdä jollakin tapaa erityisenä ja ainutlaatuisena. Esimerkiksi myrskyisän parisuhteen voi ajatella olevan merkki tavallista tulisemmasta rakkaudesta. Tunteet, niin hyvät kuin huonotkin, ovat merkki siitä, ettei asia tai suhde ole yhdentekevä.

Käsittelen julman optimismin käsitteen asemaa ja merkitystä omassa tutkimuksessani tarkemmin luvussa 4.3. Seuraavaksi esittelen tutkimuskysymykseni, metodini ja aineistoni.

3. TUTKIMUSKYSYMYS: MITEN AIKAKAUSLEHTITEKSTISSÄ TUOTETAAN MUUTOSHALUA?

Aineistoni tekstejä yhdistää selkeä ongelman ja ratkaisun tematiikka. Ongelmien laatu ja sisältö vaihtelee shoppailuriippuvuudesta parisuhdeväkivaltaan, mutta ne kaikki edellyttävät muutoshalua ratketakseen. Kaikista tarkastelemistani teksteistä on siis luettavissa muutos tai

halu siihen. Tarinat hakevat ratkaisua paitsi journalistisina teksteinä myös todellisuuden representaatioina. Siinä missä journalistinen teksti etsii ratkaisua, vastauksia tai mallia lukijalle, tekstin kirjoittaja etsii tai on etsinyt sitä itselleen – omassa henkilökohtaisessa journalistisesta tekstistä irrallisessa elämässään. Nämä tasot limittyvät, ja aineistoni perusteella onkin melko mahdotonta pitävästi sanoa, mikä tekstistä luettavasta ratkaisun hakemisesta on ”todellista” ja mikä tekstiä varten rakennettua.

Analyysini liikkuu karkeasti jaettuna kolmella tasolla: terapiakulttuurin, journalistisen tekstin ja omakohtaisuuden tasoilla. Analysoin aineistoani sekä terapiakulttuurin ilmentymänä että journalistisina teksteinä ja kirjoittansa elämän kuvina. Tarkastelen aineistoani ensisijaisesti journalistisina teksteinä ja pohdin, millaisin journalistisin keinoin ne muutoshalua tuottavat. Omakohtaisuutta ei voi kuitenkaan pelkistää vain journalistiseksi keinoksi. Jos journalismin ajatellaan pyrkivän totuuteen, omakohtaisuutta voidaan pitää aitona todellisuuden representaationa. Liitän aineistoni myös laajempaan kontekstiin eli esimerkiksi osaksi terapiakulttuuria ja siihen liittyviä ilmiöitä pohtimalla syitä tekstien omakohtaisuuden ja muutoksen varaan rakentuvan rakenteen taustalla.

Tarkastelen tutkielmassani siis teksteistä kumpuavaa muutosta, jota ongelman ratkaiseminen edellyttää. Käytän analyysissäni *muutoshalun* käsitettä, jonka merkitystä avaan tarkemmin luvussa 4.4. Tutkin, miten journalistinen teksti tuottaa muutoshalua ja muutosta. Tutkimuskysymykseni on siis:

Miten omaelämäkerrallisessa aikakauslehtitekstissä tuotetaan muutoshalua?

Pohdin ennen kaikkea, miten muutos aikakauslehtitekstiin rakennetaan ja mitkä tekstin piirteet tai niistä heijastuvat ilmiöt tukevat tai jarruttavat sitä. Käytän analyysini apuna kahta käsitettä: *muutoshalua* ja *julmaa optimismia*. Kysyn aineistoltani ensisijaisesti, miten muutoshalua rakennetaan ja mitkä tekijät sen toteutumiseen vaikuttavat. Viimeisessä analyysiluvussani pohdin myös syitä muutoshalun ja omaelämäkerrallisen kirjoitustavan taustalla. Tekstien omaelämäkerrallisuus on osa laajempaa ilmiötä ja myös mediakentän muutosta. Terapiakulttuuri jatkaa tunnustuksellisuuden perinnettä ja tuo henkilökohtaiset ongelmat ja tunteet keskustelun ja ajatusten keskiöön. Tosi-tv:n uudet muodot tuovat näyttämölle rahakkaiden kilpailujen ja selviytymistarinoiden sijaan tavallisten ihmisten arjen ongelmien. Television muutosohjelmissa taas tähdätään samasta paremman minuuden

unelmasta ponnistavaan päämäärään kuin aineistoni teksteissä. Oleelliset alakysymykseni ovat siis:

Millaisia motiiveja omasta elämästä kirjoittamisen ja muutoshalun taustalla on?

Mitä terapiakulttuurin, tunnustuksen ja tosi-tv:n konteksteihin kytkeytyvä ilmiö kertoo ajastamme?

Itsensä likoon laittamisessa ja yksityisen ja julkisen rajan hämärtymisessä ei itsessään ole mitään uutta. Haluankin pohtia nimenomaan tekstiin rakennettua muutoshalua ja mahdollisesti löytää motiiveja tekstien ja niiden näkökulman takana. Kuka kirjoittaa, miten, miksi ja kenelle? Mitä tällainen kirjoittaminen kertoo ajastamme ja mediakulttuuristamme? Etenen tutkimuksessani aineiston ehdoilla. Koska en haastattele aineistoni kirjoittaneita toimittajia vaan pitäydyn tekstien analyysissä, rajaan näkökulmani ja kysymykseni niin, että voin vastata kysymyksiin tekstien kautta. En kuvittele lukevani toimittajien ajatuksia tai motiiveja haastattelelmatta heitä.

Analysoin tekstien minuuksia ennen kaikkea teksteihin rakennettuina minuuksina, vaikka kyseenalaistankin mahdollisuuden erottaa teksti ja todellisuus journalismin kontekstissa täysin toisistaan. Saarenmaa toteaa toimijuutta tarkastellessaan, ettei ajanvieteleviaineistojen kautta voi päästä käsiksi tutkimuskohteeseen ”todellisena, historiallisena henkilönä”. On mahdollista tarkastella vain tekstien materiaalisuutta ja ”tapauksen jättämiä tekstuaalisia jälkiä”. (Saarenmaa 2010, 62.) Tästä syystä siis rajaan tutkimuskohteekseni muutoshalun ennen kaikkea tekstin ominaisuutena.

Pohdin analyysini lopuksi myös hieman kirjoittajien motiiveja ja tunnustuksellisuuden ja omaelämäkerrallisuuden suhdetta aikaamme. Aineistoni tekstit eivät ole vain satunnaisia juttuja vaan osa laajempaa ilmiötä. Tutkimuksellani kytken niitä muun muassa tunnustuksellisuuden, psykokulttuurin ja tosi-tv:n tuottaman julkisuuden konteksteihin. Pyrin sekä kuvaamaan omaelämäkerrallisia tekstejä tunnistettavasti että liittämään ne laajempaan ilmiöön ja aikaamme.

Fokukseni on nimenomaan teksteissä ja teksteihin kirjoitetussa minuudessa, ei kirjoittajissa todellisina henkilöinä. Muutoshalun ja julman optimismin piirteiden tarkastelun ohessa joudun silti pohtimaan myös tekstin minuutta, kertojan käsitettä sekä sitä, mikä on se

minuus, joka teksteissä puhuu: toimittaja, kokija vai molemmat? Puntaroin kirjoittajan asemaa erityisesti metodiosuuden toisessa luvussa 4.2.

Analyysissani tukeudun muutoshalun käsitteen ohella Lauren Berlantin julman optimismin käsitteeseen. Kysyn tutkimuksessani, mitä julma optimismi aineistoni kontekstissa on ja miten julman optimismin ajatus ilmenee teksteissä. Millaisin julman optimismin keinoin kirjoittaja rakentaa tekstiin draamaa ja miten julma optimismi hyvän elämän fantasioineen näkyy teksteissä aikamme ilmiönä? Julma optimismi toimii analyysissani ennen kaikkea muutokseen vaikuttavien tekijöiden analysoinnin apuvälineenä mutta myös laajempaa ilmiötä ja kontekstia selittävänä käsitteenä.

4. METODIT: AINEISTON LÄHILUKU JA KÄSITTEELLISTÄMINEN

Käytän tutkimuksessani samaa käsitteellistämisen ja aineistolähtöisyyden varaan rakentuvaa menetelmää kuin Saarenmaa väitöskirjassaan (2010, 34). Saarenmaa perustaa metodinsa kulttuurintutkija Mieke Balin (1994) ajatuksiin. Bal kannattaa erilaista tapaa tehdä tutkimusta eli kulttuurintutkimusta, joka rakentuu ennemmin käsitteiden kuin teorian varaan. Bal on kiinnostunut ennen kaikkea käsitteen *vaikutuksesta*. Balin mukaan käsitteet toimivat itsessään teorioina ja tutkimuskohteidensa teoretisointeina. (Bal 1994, 44.) Bal ei ole niinkään kiinnostunut yksittäisten teorioiden sisällöistä tai pätevyydestä vaan siitä, kuinka käsitellä teoriaa (mts. 32–33).

Käytän tutkimusmetodinani aineiston lähilukua ja työkaluinani valitsemiani käsitteitä. Saarenmaan tutkimuksessa oleellisia käsitteitä ovat *skandalisoituminen*, *intimisoituminen* ja *asiallistuminen*. Hän käyttää niitä julkisuuskulttuurin muutoksen kuvaamiseen koettaen valinnoillaan välttää tyypillisimpiä vastakkainasetteluita. (Saarenmaa 2010, 35.)

Oman tutkimukseni keskeisimmät käsitteet ovat *muutoshalu* ja *julma optimismi*, jotka esittelen luvuissa 4.3. ja 4.4. Muutoshalun käsite on noussut aineistoni ongelman ja ratkaisun tematiikasta, jonka myötä muutos on läsnä kaikissa aineistoni teksteissä. Muutos ei aina ole selkeä tai konkreettinen vaan saattaa tapahtua ajatuksen tasolla tai asenteissa. Halu siihen on kuitenkin aina läsnä. Muutoshalun käsitteellä kuvaan muutoksen ilmenemistä journalistisessa tekstissä, sen muodossa ja sisällössä, sekä muutoksen yhteyttä yleiseen

psykokulttuurikeskusteluun ja tunnustuksellisuuden perinteeseen. Liitän muutoshalun käsitteen myös television muutosohjelmista tehtyyn tutkimukseen.

Julman optimismin käsitettä käytän kuvaamaan tuon muutoshalun kaksinapaisuutta: kamppailua menneen ja tulevan, ongelman ja ratkaisun, välillä. Berlantin (2011, 1–2, 27) julman optimismin käsitteeseen kietoutuu fantasia hyvästä elämästä. Tunnistan ajatuksen myös aineistostani. En kuitenkaan sovelleta julman optimismin käsitettä ensisijaisesti aineistoni selkeimpään muutokseen, siirtymään ongelmasta ratkaisuun, vaan nimenomaan muutoshalun aikaansaamaan kamppailuun ja empimiseen menneen ja tulevan välillä. Julman optimismin piirteet näyttäytyvät usein kaikkein vahvimmin juuri menneeseen palaamisen tai haikailemisen perusteissa. Ne siis ikään kuin jarruttavat muutosta ja suitsivat muutoshalua. Julma optimisismi selittää aineistoni tekstejä kuitenkin myös yleisemmällä hyvän elämän fantasiasta kumpuavalla tasolla, jota analysoin erityisesti luvuissa 5.5. ja 6.2. Palaan käsitteideni merkityksiin ja sovellustapoihin tarkemmin luvuissa 4.3. ja 4.4.

4.1. AINEISTOSTA: KUN KIRJOITTAJA AMMENTAA OMASTA KOKEMUKSESTAAN

Perinteisestä uutiskertojasta poikkeava kertojan rooli on eräs kaunokirjallisen journalismin tyypillisimmistä piirteistä (Lassila-Merisalo 2009, 35). Subjektiivisuus on siis journalistinen keino, joka tekee tekstistä elävän. Tutkimukseni aineistossa kertojalla on erityinen rooli, koska kirjoittaja kertoo itsestään ja elämästään. Tekstin subjektiivisuus ja kaunokirjallisuus syntyy siis poikkeuksellisesti kirjoittajan, ei haastateltavan, läsnäolosta.

Käytän tutkimukseni aineistona aikakauslehtitekstejä, joiden aiheena on kirjoittajan oma elämä – henkilökohtainen kokemus, luonne, sairaus tai lähipiiri. Haluan erottaa aineistoni jutuista, joissa haastattelu on kirjoitettu syystä tai toisesta kokonaan minämuotoon eli yhdeksi pitkäksi haastateltavan sitaatiksi, sekä jutuista, joissa toimittaja tekee itsensä näkyväksi, mutta jonkin ilmiön ulkopuolisena tarkkailijana tai kokeilijana eikä oman elämänsä äänenä. Aineistossani äänessä on toimittaja tai kirjoittaja, ei elämäntarinaansa kertova haastateltava tai toimittajan silmien läpi suodattava ilmiö tai tapahtuma. En siis ole kiinnostunut vain minämuodosta tai kaikista teksteistä, joihin toimittaja kirjoittaa itsensä

sisään. Oleellista on itse aiheen omakohtaisuus ja omaelämäkerrallisuus. Alla esimerkeiksi kaksi otsikko-ingressi-paria.

1. Luuletko, että hakattu nainen on tyhmä?

Meri Valkama kyllästyi siihen, että parisuhdeväkivallan uhrit ovat hiljaa. Siksi hän avasi oman suunsa. (Olivia 3/2012)

2. Nälkävuodet

Syksyllä 1986 toisen vuoden opiskelija Asta Leppä aloitti laihdutuskuurin. Sillä dieetillä on lääketieteellinen nimikin: F50.1. Anorexia nervosa. (Helsingin Sanomien Kuukausiliite 4/2012)

Aineistoni koostuu kuudesta aikakauslehtitekstistä, jotka ovat kaikki ilmestyneet vuonna 2012. Tekstit kertovat hyvin erilaisista teemoista parisuhdeväkivallasta shoppailuriippuvuuteen. Osa aiheista on hyvin vakavia ja kipeitä, osa hieman kevyempiä. Tämä näkyy myös niiden käsittelytavassa. Tekstien pituus vaihtelee kahdesta sivusta useampaan aukeamaan.

Pidin artikkelien aiheiden monipuolisuutta ja kattavuutta sekä tekstien tuoreutta tärkeimpinä kriteereinä kasatessani aineistoa. Asta Leppä kirjoittaa omasta anoreksiastaan (*Nälkävuodet / Kuukausiliite 4/2012*), Meri Valkama väkivaltaisesta parisuhteestaan (*Luuletko, että hakattu nainen on tyhmä? / Olivia 3/2012*), Mervi Juusola ulkopuolisuuden tunteestaan (*Miten minusta tuli ulkopuolinen? / Olivia 9/2012*), Emma Suominen kehonsa muutoksista (*Vieras peilissäni / Trendi 6/2012*), Henna Hietämäki shoppailukoukustaan (*Ostopakko / Trendi 6/2012*) ja Riku Korhonen alkoholinkäytöstään (*Ja sitten lasku / Image 8/2012*).

Halusin valita aineistokseni aikakauslehtitekstejä, jotka ovat paitsi suhteellisen tuoreita myös teemoiltaan hyvin erilaisia. Tästä syystä valitsin kuusi vuonna 2012 julkaistua tekstiä, joiden aiheet vaihtelevat: on kehonkuvan analyysia, sairauden tutkiskelua, parisuhdepohdintaa ja oman luonteen ja käyttäytymismallien tarkastelua. Kaikkia aineistoni tekstejä yhdistävät päällisin puolin samat asiat: omaelämäkerrallisuus, tietyt tekstirakenteet ja muutoshalu. Nämä piirteet eivät kuitenkaan vaikuttaneet aineistoni tekstien valintaan. En valinnut aineistokseni tekstejä, joista muutoshalu loistaisi parhaiten, vaan tekstejä, jotka

kuvaisivat omasta elämästä kirjoittamisen ilmiötä mahdollisimman kattavasti. Vasta aineistoa analysoidessani huomasin tekstien rakentuvan ongelman ja ratkaisun tematiikalle.

Viittaa omaelämäkerrallisuuden käsitteellä tekstien omakohtaisuuteen, aineistoon, jossa käsitellään kirjoittajan omaa elämää. Tekstit eivät ole vain minämuotoisia vaan omakohtaisia kuvauksia, kappaleita kirjoittajiensa elämästä, ajatuksista, peloista ja toiveista. Omaelämäkerta-termi taas viittaa teokseen, jossa kirjoittajan elämää pyritään esittelemään ja käsittelemään mahdollisimman laajasti. (Esim. Koivisto 2007, 106.) Aineistoni tekstit eivät luonteensa ja kontekstinsakaan puolesta pyri tällaisen mittakaavan laajuuteen. Niihin on valittu tarkoin rajattu näkökulma, josta kirjoittajan elämää tarkastellaan. Lähtökohta on silti samansuuntainen: käsitellä kirjoittajan omaa elämää.

Omaelämäkerrallisuus lienee aikakauslehtijournalismille hieman uutisjournalismia tyypillisempää. Aikakauslehtijournalismi kiinnostaa minua tutkimuskohteena myös siksi, että sitä tutkitaan jonkin verran vähemmän kuin uutisjournalismia (Töyry 2002, 61; Töyry 2009, 131), ja sen opetuksella on pienempi painoarvo toimittajakoulutuksessa kuin uutisjournalismilla (esim. Saarenmaa 2010, 19). Tutkimuksen vähäiseen määrään on voinut vaikuttaa esimerkiksi aikakauslehtien suuri määrä ja monimuotoisuus. Tutkimusala ei ole hahmottunut. (Töyry 2009, 131.) Ullamaija Kivikurun (1996) tutkimukseensa haastattelemat toimittajaopiskelijat luokittelivat aikakauslehdet journalismin ”kakkoskaartiin” eivätkä osanneet mieltää itseään aikakauslehtitoimittajiksi. Kivikurun haastattelemat toimittajat taas pitivät aikakauslehtiä ”ajankohtaisaiheiden syventäjinä ja teemoittajina”, eivät vain ”uutisjulkisuuden paikkaajina”. (Kivikuru 1996, 222–223.)

Tunteet ja kokemuksellisuus loistavat usein poissaolollaan suomalaisen mediatutkimuksen valtavirrasta. Ne ovat esillä lähinnä ongelmina tai viestinnän häiriöinä. (Koivunen 2008, 10.) Kun puhutaan mediakulttuurin ”kielteisistä kehityspiirteistä”, kuten henkilöitymisestä, privatisoitumisesta tai viihteellistymisestä, esimerkeiksi nostetaan usein naistenlehdet. Vaikka asenteet ovat muuttuneet, naistenlehtien edustamaan journalismiin liitetään edelleen negatiivisia mielikuvia. (Ruoho & Saarenmaa 2011, 8–9.)

Saarenmaan mukaan viihteellisuuden leima tuntuu usein sulkevan pois merkityksellisuuden mahdollisuuden, esimerkiksi juuri aikakauslehtien analyysistä. Hän viittaa väitöskirjassaan viihde-käsitteen haitallisuuteen ja luonteeseen asian vastaparina sekä omaan kiinnostukseensa syrjittyä kohtaan. (Saarenmaa 2010, 18, 326.) Myös Berlantia on arvosteltu pinnallisten ja populaarien aiheiden ja aineistojen tutkimisesta. Berlant on

vastannut kritiikkiin toteamalla haluavansa tutkia nimenomaan valtavirran yleistä ja yhteistä. Molemmat uskovat, että torjutun tutkiminen on juuri siitä syystä arvokasta. (Mts. 325–226.)

Saarenmaan tavoite on lisäksi asettaa toisin kysymys aikakauslehdistöstä. Hän ei halua takertua genreihin ja luokituksiin vaan suhtautua aineistoonsa laajemmin ajanvietteenä. Aikakauslehden käsitettä hän pitää liian yleismaailmallisena aineistolleen. Saarenmaa haluaa kyseenalaistaa julkisuuden ja yksityisyyden välisen jaon relevanttiuden juuri ajanvietteaineistojen analyysissä, vaikkei koe tarvetta kyseenalaistaa tuon jaon mielekkyyttä sinänsä. (Saarenmaa 2010, 17–18, 32.)

Vaikka olen haarukoinut oman tutkimuskohteeni valtavasta minäjournalismin massasta painottamalla juuri kirjoittajan omaa kokemusta, aineiston rajauksessa on ollut silti haasteensa. Tarkastelemani ilmiö on tyypillinen erityisesti naistenlehtijournalismille, joka mielletään helposti muutenkin uutisjournalismia intiimimmäksi ja lähestymistavaltaan neuvovammaksi. *Kuukausiliitteen* juttuesimerkki (*Nälkävuodet*) kuitenkin todistaa, ettei kyse ole *vain* naistenlehtiä koskevasta ilmiöstä. Olen siis unohtanut tiukan naistenlehtirajauksen ja valinnut aineistokseni kuusi ilmiötä kattavasti kuvaavaa aikakauslehtitekstiä.

Naistenlehtien yhteydessä on kirjoitettu niiden kaksijakoisuudesta, realismin ja fantasian sekoittamisesta, sekä naistenlehtidiskurssista, joka sekä rajaa naiseuden alaa että antaa sille julkista tilaa. (Siivonen 2006, 227; Töyry 2006, 209.) Realismilla viitataan tositarinoihin ja kertomuksiin tavallisten ihmisten tavallisesta elämästä. Aineistoni kirjoittajat vievät realismin kuitenkin uudelle tasolle kirjoittaessaan omasta elämästään haastateltavan tarinan sijaan. Kertomukset ovat samaa realismin ja tositarinoiden jatkumoa, mutta rakentuvat erilaiselle pohjalle. Kirjoittaja voi halutessaan kirjoittaa kaiken. Hän ei ole haastateltavan vastausten varassa vaan on itse paras asiantuntija. Omaelämäkerrallisuus on siis ikään kuin yksi kaunokirjallisen journalismin kerronnan muoto. Äänessä vain on haastateltavan sijaan tekstin kirjoittaja.

4.2. TEKSTIN KIRJOITTAJASTA JA PUHUJASTA

Aineistoni tekstien omakohtaisuus asettaa kirjoittajan erityiseen rooliin. Hän ei ole vain tarinan kertoja vaan myös sen päähenkilö. Kertojan näkyvä tai tunnistettava rooli on tyypillinen kaunokirjallisen journalismin piirre (Lassila-Merisalo 2009, 35). Kirjoittajan tai

kertojan voimakas läsnäolo ei silti välttämättä toteudu kaunokirjallisessa journalismissa aina minämuodossa. Kertoja voi esimerkiksi vain ohjata huomiota oleellisiin seikkoihin. (Mts. 31.) Myös feature-juttuja pro graduun tarkastellut Emmi Nissi toteaa, ettei minämuoto ole tekstien ”subjektiivisuuden ehto”, vaan subjektiivisuus tarkoittaa ennemmin ”tulkintoja, joita perinteisessä uutistekstissä ei ole totuttu näkemään”. Nissin mukaan subjektiivisuus koostuu muun muassa jutun näkökulmasta, sävystä ja kertojan tekemistä tulkinnoista ja kannanotoista. (Nissi 2010, 95–96.)

Lassila-Merisalo (2009) käyttää väitöskirjassaan enimmäkseen termiä *kertoja*, toisinaan myös termiä *toimittaja*. Lassila-Merisalon haastattelemat kaunokirjallisen journalismin tekijät olivat ensireaktioissaan yhtä mieltä siitä, että kertoja ja toimittaja ovat sama henkilö. Hetken mietinnän jälkeen asia ei ollutkaan täysin selvä. Kertoja määriteltiin toimittajan ”sivupersoonaksi”, ”ammattiminäksi” tai ”tarinankertojaksi”. Kertoja on ikään kuin rakennettu hahmo, jonka piirteitä saatetaan joko häivyttää tai korostaa tekstin kokonaisuuden tarpeiden mukaan. (Lassila-Merisalo 2009, 187.)

Lassila-Merisalo mieltää kertojan ja toimittajan roolit osittain samanlaisiksi ja osittain eroaviksi. Koska aikakauslehdissä käytetään paljon fiktiiviselle kerronnalle tyypillisiä keinoja, aikakauslehtitekstin kertoja voidaan pitää enemmän tai vähemmän erillään todellisesta tekijästä. (Lassila-Merisalo 2009, 105.) On kiinnostavaa pohtia, kuinka tämä ajatus suhteutuu oman aineistoni teksteihin, joissa kirjoittaja käsittelee omaa elämäänsä varsin henkilökohtaisesta perspektiivistä. Pohdinta liittyy ajatukseen totuudellisuudesta. En voi kirjoittajan ajatuksiin pääsemättä sanoa, kuinka iso osa muutoksesta on todella tapahtunut kirjoittajalle ja kuinka suuri osa tapahtuu vain journalistisessa tekstissä kerronnan keinoina ja draaman rakennuksen välineinä.

Tarkastelen aineistoni tekstejä journalistisina artikkeleina, mutta puhun toimittajien sijaan pääosin kirjoittajista. Tein tämän valinnan siksi, että esimerkiksi *Ja sitten lasku* -tekstin (*Image* 8/2012) kirjoittaja Riku Korhonen ei ole päätoimiselta ammatiltaan toimittaja vaan kirjailija. Korhosen juttu ei ole poikkeuksellinen kontekstissaan. Kaunokirjalliset kerrontatyylit ovat olleet tyypillisiä *Imagelle* sen perustamisesta lähtien (Lassila-Merisalo 2009, 30–31), ja viime vuosina *Imagessa* on ilmestynyt monia muitakin juuri kirjailijoiden kirjoittamia artikkeleita. Korhosen teksti on tutkimuskysymykseni lähtökohdista journalistinen teksti muiden joukossa, enkä näe Korhosen kirjailijuutta ongelmana analyysini kannalta. Se näkyy toki hänen kyvyssään kirjoittaa hyvin kaunokirjallista ja

mukaansatempaavaa tekstiä. Analyysini kannalta oleellista on kuitenkin se, että aineistoni tekstit ovat journalistisia tekstejä, jotka on rakennettu nimenomaan journalismin tekijän, ei haastateltavan, näkökulmasta.

Henkilöt identifioidaan journalismissa yleensä täsmällisesti ja varhaisessa vaiheessa, koska todellisuudesta ja todellisista ihmisistä kertovan artikkelin tarkoitus on välittää informaatiota eikä viivyttää henkilöiden paljastamista (Lassila-Merisalo 2009, 38). Aineistoni artikkeleissa ääneen pääsevät kirjoittajan eli tekstien minän lisäksi myös erilaiset asiantuntijat ja läheiset. Palaan näiden puheenvuorojen merkityksiin analyysiluvussa 5.4.

Olennaisimmassa roolissa on kuitenkin minäkertoja itse. Lassila-Merisalon haastattelemat kaunokirjallisen journalismin tekijät suhtautuvat minäkertojaan ristiriitaisesti. Kiinnostavaa on, ettei kukaan heistä pidä sitä yksiselitteisen suositeltavana kerronnan muotona, koska he uskovat sen ärsyttävän helposti lukijaa. Lassila-Merisalo liittyy ajatukset journalismin objektiivisuuden perinteeseen. (Lassila-Merisalo 2009, 188.) Ullamaija Kivikurun haastattelemat toimittajat ja toimittajaopiskelijat taas kritisoivat aikakauslehtijournalismia reilua kymmentä vuotta aiemmin ”asiantuntijavaltaistumisesta”, jonka pelättiin kasvattavat lehden ja lukijan välimatkaa. Kivikurun haastateltavat kaipasivat aikakauslehtijournalismiin ”lisää siviilirohkeutta”. Toisaalta lukijan piti haastateltavien mielestä pystyä ajattelemaan tekstin luettuaan itsenäisesti omaa parastaan ja tekstin pyrkiä ”kepeään yleispätevyyteen”. Kivikuru arvelee, että kritiikin taustalla voi olla järjen ylivaltaa vastustavaa populismia, koska asiantuntijuuden korostamisen taustalla on pohjimmiltaan rationaliteetin ihanne ja usko ongelmien selkeyteen. Kritiikki saattoi Kivikurusta olla heitto, jolla otettiin etäisyyttä lähteisiin ja korostettiin omaa ammattitaitoa. (Kivikuru 1996, 226–227, 232.)

Kivikuru viittaa myös journalismitutkimuksiin, joiden mukaan asiantuntijavaltaisuuden pelkoon ei ole syytä, sillä asiantuntijoiden käyttö on journalismissa vähäistä, ellei päätöksentekijöitä lueta tähän joukkoon. (Kivikuru 1996, 231–232.) Kivikuru ei avaa tarkemmin, mihin kaikkiin tutkimuksiin hän viittaa tai mitä asiantuntijoilla kyseisissä tutkimuksissa tarkoitetaan, jos esimerkiksi päätöksentekijät, joka sekin on varsin abstrakti termi, eivät kuulu tuohon joukkoon. On lisäksi mahdollista, että tutkimukset, joihin Kivikuru viittaa, ovat tämän päivän mediakentän perspektiivistä jo vanhentuneita.

Aineistoni kaltaisissa teksteissä minäkertoisuus on lähes edellytys. Tekstien aiheita, kuten anoreksiaa tai parisuhdeväkivaltaa, voisi toki käsitellä monesta muustakin

näkökulmasta, mutta kirjoittajan omaa kokemusta ja tarinaa tällainen käsittelytapa valottaa hyvin. Jo itse ajatus tekstien kirjoittamisesta on saanut todennäköisesti alkunsa toimittajan omasta kokemuksesta. Teksteihin tuodaan siis selkeästi yhden ihmisen perspektiivi, jota höystetään asiantuntijoiden ja läheisten mielipiteillä.

Aineistoni kirjoittajat asettuvat näkyvään rooliin jo ingressissä, joko omalla nimellään tai jutun sisältöä vastaavalla kuvailulla. Neljässä kuudesta aineistoni tekstistä kirjoittaja mainitaan ingressissä nimeltä: *Mervi Juusola oli* (*Olivia* 9/2012), *Asta Leppä aloitti* (*Kuukausiliite* 4/2012), *Meri Valkama kyllästyi* (*Olivia* 3/2012) ja *Riku Korhonen selätti* (*Image* 8/2012). Kahdessa *Trendi*-lehden jutussa kirjoittajaa kuvaillaan jollakin määritelmällä: *kolmekymppinen nainen* (*Trendi* 6/2012) ja *holtiton shoppailija* (6/2012). Kirjoittajan nostaminen ingressiin tukee kuvaa tekstien minämuotoisuudesta ja omakohtaisuudesta. Valittu näkökulma tuodaan näin lukijan tietoon jo ennen kuin hän aloittaa varsinaisen tekstin lukemisen. Lukijalle merkityksellistä voi olla paitsi se, että ongelmaa kuvataan tietyn ihmisen näkökulmasta, myös se, kenen näkökulmasta näin tehdään. Toimittajan brändäytymisestä, imagonrakennuksesta ja sosiaalisessa mediassa esiintymisestä on puhuttu viime aikoina paljon. Omakohtaista kirjoittamista voidaan ajatella yhtenä keinona rakentaa toimittajabrändiä ja mielikuvaa paitsi lukijoiden myös toimeksiantajien silmissä.

Ammatillisella brändillä tarkoitetaan henkilön nimen arvoa työmarkkinoilla. Joillakin aloilla menestymiseen ei riitä, että tekee työnsä hyvin, vaan täytyy pystyä myös dokumentoimaan onnistumisensa ja ajatuksena. Ammatillisen brändin kehittämisellä tavoitellaan esimerkiksi arvostusta. (Isokangas & Vassinen 2010, 35.) Persoonabrändi taas määrittää, kuka ihminen on vapaa-ajallaan ja ammatillisen kontekstin ulkopuolella. Persoonabrändi rakentuu elämän aikana, eikä sitä välttämättä rakenneta yhtä vahvasti kuin ammatillista brändiä. Henkilöbrändin näkyvyys on tänä päivänä usein sitä, miten ihminen näkyy Google-haussa. (Mts. 40–41.) Monet työnantajat vaativat alaisiltaan aktiivisuutta sosiaalisessa mediassa, ja aktiivisuus näkyy luonnollisesti Google-osumien määrässä.

4.3. JULMAN OPTIMISMIN KÄSITE OMAELÄMÄKERRALLISISSA AIKAKAUSLEHTITEKSTEISSÄ

Kuvaan seuraavaksi, miten käytän pääkäsitteitäni julmaa optimismia ja muutoshalua tutkimukseni ja aineistoni kontekstissa. Berlantin ajatus julmasta optimismista (2011) voidaan kiteyttää kiintymykseksi haitalliseen kohteeseen, joka antaa lupauksia hyvästä elämästä, mutta on todellisuudessa este menestykselle. Käytän julman optimismin käsitettä itse lähinnä kuvaamaan kaunistelua ja takertumista ongelmaan, mikä jarruttaa aineistoni tekstien muutoshalua. Viittaan käsitteellä kuitenkin myös hyvän elämän tavoittelun ongelmiin laajemmassa, tekstin ulkopuolisessa kontekstissa, jolloin analysoin julmaa optimismia ilmiönä ja osana aikaamme.

En väitä käyttäväni käsitettä täysin samoin kuin Berlant omassa analyysissään vaan olen tehnyt siitä oman tulkintani. Tulkitsen julman optimismin omassa tutkimuksessani ennen kaikkea tietynlaiseksi ongelman kiertelyksi ja glorifioinniksi. Ongelma on harvemmin itsessään illuusio hyvästä elämästä, mutta tuo illuusio voi sisältyä ongelmaan. Esimerkiksi anorektikon hyvän elämän illuusio tuskin on anoreksian sairastaminen vaan kauneuskäsitys, jossa laiha ja täydellinen vartalo tuo mukanaan hyvän elämän. Julma optimisismi siis ikään kuin häivyttää anoreksian ongelmat ja keskittyy täydellisen vartalon illuusioon. Väkivaltaisessa parisuhteessa elävä ei taas fantasioi väkivaltaisesta parisuhteesta vaan hyvästä ja tasapainoisesta parisuhteesta, joka tekee elämästä hyvän. Julma optimisismi saa uskomaan väkivaltaisen puolison ja suhteen muutokseen ja ylläpitämään onnellisen tai erityisen parisuhteen illuusiota.

Berlantin teoriassa julma optimisismi kohdistuu toisinaan myös materiaan, rahaan tai niiden ”vaihtoarvoon” eli muihin materian ja rahan mahdollistamiin asioihin ja fantasioihin (Berlant 2011, 37–40). Raha on valtaa, josta sen puute mahdollistaa fantasioimaan (mts. 42). Omassa aineistossani julma optimisismi kohdistuu useammin tunteisiin, ihmisiin, luonteenpiirteisiin tai kehoon. Yhdessä teksteistä (*Ostopakko, Trendi* 6/2012) sen kohde on materia, silloinkin välillisesti, eli pohjimmiltaan materian mahdollistamat fantasiat. Television muutosohjelmissa kulutuskulttuurilla on keskeinen sija, ja ratkaisut ovat ostettavissa. (Paasonen 2007, 53; Taylor 2002, 487.) Oman aineistoni suuret muutokset tapahtuvat asenteissa, käyttäytymismalleissa ja ajatuksissa. Julma optimisismi saattaa silti perustella olemassaoloaan materian kautta. Henna Hietamäen tekstissä etsitään hyvää elämää

kuluttamalla kauniita vaatteita. Riku Korhonen kuluttaa alkoholia, koska uskoo seurajuoman vapauttavaan vaikutukseen.

Käytän julman optimismin käsitettä analyysissäni ennen kaikkea kuvaamaan menneen ja tulevan, ongelman ja ratkaisun, välistä kamppailua. Kuvaan käsitteellä erityisesti niitä hetkiä, joina tekstin minä epäröi ja kyseenalaistaa uuteen siirtymisen. Julma optimisismi siis ikään kuin jarruttaa muutoshalua ja mutkistaa menneestä tulevaan siirtymistä pitämällä kiinni ongelmasta. Julma optimisismi pitää hyvän elämän illuusiota elossa ja saa mahdollisen ongelman näyttämään kiinnipitämisen arvoiselta.

3. *Minulta on joskus kysytty, miksi juon. Riippumatta siitä, onko kysyjä ollut äiti, ystävä, vieras tai vaimo, vastaus on yksinkertainen: juon koska humaltuessani minusta tulee onnellisempi, kiitollisempi ja parempi ihminen – mutta totta kai vain tiettyyn promillerajaan asti. (Image 8/2012)*

Käytän julman optimismin käsitettä analyysissäni siis ikään kuin kuvaamaan illuusiota, joka asettaa tekstin ongelman positiiviseen valoon. Riku Korhonen perustelee esimerkissä juomistaan sillä, että hänestä tulee *onnellisempi* ja *parempi ihminen*. Teksti pohtii Korhosen alkoholinkäyttöä ja sen mahdollista ongelmallisuutta. Alkoholinkäyttötottumusten muuttamisen tiellä on vain ajatus alkoholin positiivisista vaikutuksista. Menneen elämän edut ovat ikään kuin niin huomattavat, että tulevaan siirtyminen arveluttaa.

Julmalla optimismilla voidaan viitata myös eräänlaisiin väärinymmärryksiin tai väärään tietoisuuteen. Ihminen voi kuvitella saavuttavansa jotakin keinolla, jolla ei oikeasti saavutakaan tai joka vain vie kauemmas tavoitteesta. Myös aineistoni suuria muutoksia, eli ongelman ja ratkaisun tematiikan loppuhuipennuksia, voidaan tavallaan pitää julman optimistisina. Vaikka muutoshalu huipentuu ratkaisuun, ratkaisu ei välttämättä tee onnelliseksi. Olennaista on se, millä ratkaisua ja muutosta motivoidaan. Jos tekstin minä tavoittelee muutosta, koska se edistää sitä, mitä yhteiskunta tai kulttuuri pitää hyvänä elämänä, hän on yhtä lailla julman optimismin ajatuksen vanki kuin ongelmaa kaunistellessaan. Jos hän tavoittelee ennen kaikkea omaa onneaan, voidaan optimismia pitää ”aitona”. Palaan tähän jakoon tarkemmin esimerkiksi luvuissa 5.2, 5.5 ja 6.2.

Vaikka käytän julman optimismin käsitettä omassa analyysissäni ennen kaikkea edellä esittelemieni muutoshalua jarruttavien säröjen kuvaamiseen, pohdin sitä siis myös

yleisemmällä tasolla ja suhteessa aikaamme ja tarkastelemini teksteihin osana laajemman tason ilmiötä. Berlantin julman optimismin ajatukseen liittyy olennaisesti käsitys hyvästä, tavoittelemisen arvoisesta elämästä, joka on itsessään eräänlaista julmaa optimismia. Julman optimismin käsite liikkuu siis analyysissäni useammallakin tasolla: itsetutkiskelu ja kulttuurisesti ja sosiaalisesti normitetun hyvän elämän tavoittelu liittyvät sen yhteiskunnalliseen ja kulttuuriseen tasoon ja tekstiin rakennetut ongelmaa kaunistelevat kohdat journalistisen tekstin tasoon (jota ensisijaisesti tutkin) sekä kirjoittajan omaan elämään eli omakohtaisuuden tasoon.

Berlant soveltaa julman optimismin ajatusta myös esimerkiksi poliittisiin normeihin (esim. Berlant 2011, 223). Sovellan Berlantin käsitettä itse nimenomaan aikakauslehtitekstien tarkasteluun ja oman aineistoni kontekstiin sen sijaan, että yrittäisin hahmottaa ja vetää yhteen koko julman optimismin kokonaisuutta ja kaikkia ilmiöitä, joihin sen ajatusta voidaan soveltaa. Oman aineistoni kontekstissa julma optimisismi on ennen kaikkea illuusio, joka jarruttaa muutoshalua, mutta myös ylemmän tason ilmiö, joka määrittää tekstien ongelman ja ratkaisun tematiikkaa ja ylipäänsä tarvetta muutoshalulle ja omakohtaiselle pohdinnalle.

4.4. MUUTOSHALUN KÄSITE

Viitataan muutoshalun käsitteellä aineistoni tekstien ongelman ja ratkaisun tematiikkaan, joka edellyttää muutosta tai ainakin halua siihen. Puhun muutoksen sijaan muutoshalusta, koska en voi ottaa kantaa siihen, tapahtuuko muutos reaali maailmassa vai vain tekstin tasolla eli onko se ideaali tai fantasia vai todellinen tapahtuma.

Muutoshalu on muutosta kuvaavampi käsite siksikin, että se voi viitata myös muutokseen journalistisena vaatimuksena. Kun kirjoittajan aiheena on oma elämä, aihevalintaan on oltava syy: uutisaihe siinä missä muissakin journalistisissa teksteissä. Oman elämän vatvominen ei riitä. Lukijalle on tarjottava syitä, seurauksia ja ratkaisuja. Muutoksen motivoija voi siis olla tekstin journalistinen luonne ja draamankaaren tavoittelu siinä missä kirjoittajan aito muutoshalukkuuskin. Uskon, että useimmiten kyse on molemmista.

Myös muutoksen ajallisuuden tarkasteleminen on oleellista. Puhun muutoshalusta, koska tekstien muutosta ei voi aina yksilöidä konkreettiseksi tapahtumaksi. Muutos voi olla

henkinen, esimerkiksi muutos asenteessa tai ajattelutavassa, tai vain muutoshalua, joka johtaa varsinaiseen muutokseen myöhemmin. Omaelämäkerran tai päiväkirjan, tai tässä tapauksessa omaelämäkerrallisen aikakauslehtitekstin, kirjoittajan aika ei kuitenkaan kulje vain eteenpäin vaan purkautuu ja muodostuu joka hetki uudelleen. Ajallisuuden suhteet ovat monisuuntaisia, sillä nykyisyydellä on aina menneisyytensä ja tulevaisuutensa. (Sääskilähti 2011, 302–303.) Päiväkirjakerronnan erityisyyskin syntyy juuri jännitteestä kerrotun ajan ja kertovan ajan välillä. Menneisyys, nykyisyys ja tulevaisuus ikään kuin yhdistyvät kertomisen jännitteessä. Kirjoittaja voi kommentoida esimerkiksi tekstissä syntyviä subjekteja ”tunnistaen niitä tai erottaen niistä”. (Mts. 361.)

Ajallisuus kytkeytyy muutokseen siksikin, etteivät kaikki tekstien muutokset tapahdu suhteessa samaan aikaan. Asta Leppä on kirjoittanut anoreksiastaan ja Meri Valkama väkivaltaisesta parisuhteestaan vuosia myöhemmin muutoksen jo tapahtuttua. Henna Hietamäki kirjoittaa ostopakostaan, koska haluaa muuttaa kulutustottumuksiaan. Muutos voi siis olla joko tekstin ulkopuolinen asia, joka on jo tapahtunut ja joka halutaan ehkä kertoa juuri siksi, tai osa tekstin tarkoitusta ja rakennetta. Kirjoittaja voi jakaa tarinansa ikään kuin opetuksena, esimerkkinä ja vahingosta viisastuneena tai ajatella sen kehotukseksi, kannustajaksi sekä itselleen että lukijalle. Oleellista on pohtia myös tekstien journalistista ulottuvuutta, juttutyyppeiden asettamia rajoituksia ja muutosta ”journalistisena vaatimuksena”. Palaan näihin teemoihin luvussa 5.6., jossa pohdin muutoksen ja omaelämäkerrallisuuden syitä.

Muutoshalun taustalla on fantasia uudesta minuudesta ja siitä, että minuutta muuttamalla saavutetaan jotakin. Muutos on henkilökohtainen kamppailu ja suhteessa muuttujan persoonaan. Television muutosohjelmissa muokkauksen kohteiden katsotaan kuvastavan ihmisten persoonallisuutta. Omannäköisyys on kuitenkin paradoksi, sillä muutos tapahtuu muiden, ulkopuolisten asiantuntijoiden avustuksella. (Soronen 2011, 8–10; Paasonen 2007, 46.) Muutoksen kohteet kertovat halustaan olla taas oma itsensä, ja muodonmuutos mahdollistaa paluun tähän omannäköisyyteen toisennäköisyyden avulla. (Paasonen 2007, 58; Banet-Weiser & Portwood-Stacer 2006, 268.) Muutoshalu kytkeytyy muiden mielipiteisiin myös omassa aineistossani. Palaan ulkopuolisten auktoriteettien merkitykseen luvussa 5.4.

Muutokseen liittyy myös pelkoja. Television muutosohjelmien osallistujat kohdistavat asiantuntijoiden tekemään muutokseen paitsi odotuksia yllätyksellisyydestä ja

kekseliäisyydestä myös pelkoja omien toiveiden sivuuttamisesta. (Soronen 2011, 10–11.) Julmassa optimismissakin voi olla kyse pelosta. Muutos vaatii usein omien tunteiden, toiveiden tai rutiinien sivuuttamista ja uskallusta hypätä uuteen.

5. ANALYYSI: ILLUUSIOITA JA OPTIMISMIA

Olen jakanut analyysilukuni kuuteen alalukuun. Viidessä ensimmäisessä puran ja analysoin muutoshalua ja julmaa optimismia ja viimeisessä pureudun niiden ja omaelämäkerrallisen lähestymistavan syihin. Luvussa 5.1. tarkastelen tekstien rakennetta ja pohdin, millaiset rakenteelliset elementit tekstejä yhdistävät ja millaisin rakenteellisin elementein kirjoittaja rakentaa muutoshalua. Avaan erityisesti käännekohtien ja takaumien merkitystä. Luvussa 5.2. pureudun muutoksen ja julman optimismin suhteeseen. Kuvaan julman optimismin kaksinapaisuutta, teen jaon julmaan ja aitoon optimismiin ja pohdin niiden suhdetta tekstien suuriin muutoksiin. Luvussa 5.3. pureudun julman optimismin luonteeseen avaamalla aineistoni menneeseen haikailevia kohtia, joissa julmaa optimismia eniten esiintyy. Analysoin julman optimismin piirteitä teksteissä ja pohdin, miten julma optimismi rakentaa, eli hidastaa, muutosta.

Luvussa 5.4. pohdin kirjoittajan näkökulmasta rakentuvan tekstin muita puhujia ja suhteutan heidän mielipiteitään julmaan optimismiin. Ulkopuolisten mielipiteet nostetaan esiin tekstissä, koska ne ottavat yleensä jonkin kannan käsiteltävään ongelmaan: tukevat joko julmaa tai aitoa optimismia. Luvussa 5.5. avaam tarkemmin illuusioita ja kulttuurimme normeja ja ajatusmalleja, joita aineistoni tekstien rivien väliin rakentuu. Illusioiden monitulkintaisuuden ja kaksisuuntaisuuden hahmottaminen on tärkeää, koska julmassa optimismissakin on kyse juuri illusioiden rakentamisesta ja ylläpitämisestä. Luvussa 5.6. pureudun muutoshalun ja omaelämäkerrallisuuden syihin. Miksi kirjoittaja kertoo itsestään ja elämästään, ja miksi teksteihin rakennetaan ongelma–ratkaisu-rakennetta ja sitä tukevaa muutoshalua?

Aineistoni tekstien punaisen langan muodostavat siis muutoshalu ja ongelman ja ratkaisun tematiikka. Julma optimismi on sekä jarruttava sivujuonne, joka todistaa, että muutoshalussa on aina useampi puoli kuin yksi, että laajempi ilmiö, joka kytkeytyy aikaamme, kulttuuriimme ja mediakentän muutoksiin.

5.1. TEKSTISTÄ: MITEN KIRJOITTAJA RAKENTAA MUUTOSHALUA?

Ei-fiktiivisen kertomuksen analyysin lähtökohtana pidetään yleensä sitä, että ei-fiktio käsittelee aihettaan selkeästi ja ymmärrettävästi, tukeutuu lähteisiin, perustelee väitteensä ja kertoo tapahtumista ”yhdestä, usein personoidusta puhujapositionista käsin”. Tällaiset faktuaalisen esitystavan säännöt eivät välttämättä päde kaunokirjallisessa journalismissa, joka on saanut vaikutteita fiktiivisistä kerrontatavoista. Journalismi ei kuitenkaan muutu fiktioksi vain siksi, että se ylittää rajoja tai rikkoo sääntöjä. Kokeilut kiinnittävät sen sijaan lukijan huomion ja saavat hänet pohtimaan muun muassa tekstin kirjoittajan pyrkimyksiä. (Lehtimäki 2007, 241.)

Oman aineistoni tekstit ovat subjektiivisine lähestymistapoineen monella tapaa lähempänä kaunokirjallista kerrontatyyliä kuin esimerkiksi perinteistä uutisjournalismia. Ne kuitenkin perustelevat väitteensä tukeutuen joko kirjoittajan omaan kokemukseen tai ulkopuolisiin auktoriteetteihin. Lähteet ovat toki poikkeuksellisia, sillä oma kokemus on selkeästi suurimmassa roolissa ja ulkopuoliset lähteetkin ovat usein kirjoittajan läheisiä esimerkiksi tilastojen sijaan.

Feature-juttujen rakennetta pro gradussaan tarkastellut Emmi Nissi toteaa feature-juttujen olevan uutistekstejä vapaampia kaavoista mutta perustuvan silti usein tiettyihin konventioihin. Nissi jakaa jutuille löytämänsä kaavat kahdeksaan erilaiseen. Hän nimittää feature-jutun perusrakennetta paperinukeksi, jonka osat ovat avaus, ydinkappale, kehitys ja päätös. Kaava muistuttaa perinteistä esseetä. Toisena perusrakenteena Nissi pitää tragedian mallia muistuttavaa pikaria, jonka osat ovat avaus, kehitys ja päätös. Nissin mukaan feature-jutut muistuttavat myös novellia ja draamaa, sillä niissä voi olla samankaltaisia aineksia, esimerkiksi käännekohta tai loppuratkaisu. (Nissi 2010, 106.) Käännekohdat ovat oman aineistoni analyysissä erityisen tärkeässä roolissa.

Oman aineistoni tekstejä yhdistää sekä sisällöllisesti että rakenteellisesti selkeimmin ongelma–ratkaisu-rakenteen noudattaminen. Muutoshalu kumpuaa ongelmasta, joka tekstin aikana pyritään ratkaisemaan. Ongelma tuodaan selkeästi esiin jo ingresseissä.

4. *Kolmekymppinen nainen **havahtui** siihen, ettei hänellä enää ollutkaan parikymppisen kroppaa. **Kumman täytyi sopeutua** – minäkuvan vai ruumiin? (Trendi 6/2012)*
5. *Syyllisyyttä, kansanvalistuksen kauhukuvia, Martti Lutherin kiivailukohtauksia, epätoivoa, unohdusta, bingoa ja tangoa, kramppeja ja pikavippejä. **Mutta myös** iloa, yhteisyyttä ja huolenpitoa tärkeistä ihmisistä. Riku Korhonen **selätti krapulan**. (Image 8/2012)*
6. *Pukeutuminen on hauska harrastus – **kunhan se pysyy hallinnassa**. Holtiton shoppailija **päätti oppia** järkeväksi kuluttajaksi. (Trendi 6/2012)*

Kuudennessa esimerkissä muutoshalu nostetaan selkeästi tapetille. Shoppailija on päättänyt oppia järkevämmäksi kuluttajaksi eli haluaa selkeästi muuttua ja ratkaista ongelman. Viidennen esimerkin ingressi vastaa hyvin jutun sisältöä: se puntaroi alkoholin ja krapulan hyviä ja huonoja puolia. Vasta ingressin viimeisessä lauseessa tuodaan ilmi, että jotain on ratkaistu: krapula on selätetty. Neljännessä esimerkissä ongelma kuvataan selkeästi, mutta ratkaisua ei vielä kerrota. Minäkuvan ja ruumiin vastakkainasettelu kertoo kuitenkin, että jommankumman oli sopeuduttava eli muututtava.

Kaikissa aineistoni teksteissä on myös ongelman taustoja sekä sen syntyminen ja ratkaisemisen kannalta olennaisia hetkiä tai päätöksiä kuvaavia jaksoja. Kutsun menneisyyttä, syitä ja taustoja kuvaavia katkelmia takaumiksi ja muutoshalun kulminoitumia, siirtymiä menneestä tulevaan, käännekohdiksi. Käännekohdat voivat kuvata myös takautuvasti siirtymää kohti ongelmaa, eivätkä välttämättä kuvaa vain hetkiä, joina tekstin ongelma löytää ratkaisunsa.

Aineistoni tekstien pituus vaihtelee mutta rakenteellisesti ne muistuttavat paljon toisiaan. Kaikista teksteistä on poimittavissa samoja muutosta rakentavia elementtejä. Tekstien alussa kuvaillaan joko konkreettista tilannetta tai yksityiskohtaa, joka on aiheen kannalta olennainen tai ongelmaa selkeästi kuvaava. Yksityiskohdat ja konkreettisuus ovat molemmissa tapauksissa avainasemassa. Joko yksityiskohdilla herkutteleva tarina imaisee lukijan mukaansa tai hän oivaltaa heti, mistä juttu kertoo.

7. *On kirpeä tiistainen talvi-ilta Helsingin Ruskeasuolla vuonna 1996, kun himo iskee minuun kuin heroiini. Minun tuuriani: kello on kohta yksitoista, ja kaupat ovat jo kiinni. Onneksi Teboil on auki. (Kuukausiliite 4/2012)*

8. *Korot kopisevat katukiviin, kun astelemme työkavereideni kanssa läpi Helsingin keskustan. Olemme matkalla hilpeään illanviettoon, mutta puhumme vakavasta asiasta: parisuhdeväkivallasta. (Olivia 3/2012)*

Nissi on verrannut feature-juttuja uutisteksteihin. Ero näkyy selkeimmin siinä, että uutisessa tärkein sijoitetaan alkuun, kun taas featuren avauksen on tarkoitus houkutella lukijaa jatkamaan lukemista. (Nissi 2010, 106–107.) Aineistoni tekstien yksityiskohtaisten avausten on tarkoitus toimia juuri näin.

Myöhemmin tekstien rakennetta pätkitään takaumilla ja siirtymillä, joiden avulla kirjoittaja palaa menneisiin tarinan kannalta oleellisiin hetkiin ja tilanteisiin. Takaumat ja siirtymät toimivat toki myös journalistisina kerronnan keinoina ja draaman rakennuksen välineinä, joita jutun kulkevuus ja kiinnostavuus edellyttävät. Pohdin journalistisia keinoja ja motiiveja tarkemmin luvussa 5.6. Rakenteellisesti aineistoni tekstejä yhdistävät yksityiskohdilla koukuttavan alun lisäksi juuri nämä takaumat ja käännekohdat, joiden merkitystä avaan myöhemmin.

Takaumat taustoittavat tarinaa ja vievät usein lapsuuteen tai tarinan kannalta oleellisiin menneisiin tapahtumiin. Tarinaa kerrotaan pala palalta, eikä se välttämättä etene kronologisesti.

9. *On joulukuinen lauantai-ilta kauan sitten. Olen juuri muuttanut omilleni. Istun ystäväni kanssa paikallisessa yökerhossa, kun seuraamme lyöttäytyä humalainen, mutta kohtelias **Tomi**. Do you believe in love after love, Cher ulvoo kaiuttimissa, kun suutelemme ensimmäisen kerran. (Olivia 3/2012)*
10. *Kun olin lapsi, sain uusia vaatteita harvoin, Kumpikaan vanhemmistani ei nauttinut shoppailusta, eikä lapsille tuohon aikaan ylipäättään osteltu tavaroita kuten nykyään. (Trendi 6/2012)*
11. *Kun olin teini-ikäinen, perheeni vietti joulut isovanhempieni luona Pohjois-Karjalassa. Aattoiltana saunan jälkeen isoisään iski toimeliaisuus. Hän sanoi käyvänsä katsomassa pannuhuoneen lämpökattilaa, mutta tosiasiassa hän vieraili alakerran verstashuoneessa, johon oli piilottanut Koskenkorvan. (Image 8/2012)*

Takaumien tarkoitus ei ole niinkään rakentaa muutoshalua vaan etsiä selitystä ongelmalle, jonka vuoksi muutoshalua ylipäänsä tarvitaan. Takaumilla selitetään ja avataan taustoja ongelman takana. Usein palataan lapsuuteen, nuoruuteen tai muihin ongelman syntymisen kannalta olennaisiin hetkiin. Esimerkissä 9 kirjoittaja palaa hetkeen, jolloin tutustui sittemmin väkivaltaiseksi muuttuneeseen tai paljastuneeseen puolisoonsa. Tapaamishetken kuvaus tuo perspektiiviä: suhde on ollut joskus muutakin kuin väkivaltainen, ja juuri siksi siitä on niin vaikeaa lähteä. Esimerkeissä 10 ja 11 palataan lapsuuteen ja nuoruuteen ja nostetaan esiin muistoja, jotka vaikuttavat vaatteiden tai alkoholin kulutustottumuksiin nykyään.

Tulkitsen takaumat siis muutoksen vaatiman ymmärryksen tavoittamiseksi. Parantuakseen täytyy ymmärtää, mistä ongelmassa on kyse. Freudilaisen teorian yksinkertaistettuna ydinajatuksena pidetään usein juuri sitä, että yksilön menneisyydellä on vaikutusta tämän nykyisyyteen (esim. Kivivuori 2007, 24). Aineistoni takaumilla voidaan siis ajatella olevan freudilainen, psykokulttuurin eetokseenkin sopiva taka-ajatus: selittää, tulkita, taustoittaa ja ymmärtää yksilön nykyisyyttä sen menneisyyden avulla.

Käännekohtiksi kutsumani kohdat ovat oleellisia nimenomaan teksteihin rakennetun muutoshalun kannalta. Tekstin käännekohtissa kirjoittaja tasapainoilee oleellisesti menneen ja tulevan välillä, tekee ratkaisun tai muuttaa asennettaan jollakin tavalla. Nämä kohdat ovat tarinalle erityisen tärkeitä, ja niissä muutoshalu on vahvimmin läsnä. Kaikissa teksteissä on useampi käännekohta kuin yksi.

12. ***Lopullisesti eroamme** vasta kun muutan pois kotikaupungistani. **Vasta silloin** saan riittävästi etäisyyttä tapahtumiin, ihmisiin ja tekoihin. **Vasta silloin** ymmärrän, että elämää on muuallakin. (Olivia 3/2012)*

13. ***Päätin**, että terveyden ja perherauhan takia minun oli kavennettava ottamiani vapauksia. Täysraittius ei missään tapauksessa tulisi kysymykseen. Yhtä hyvin voisin luopua päästäni kokonaan. **Oli vain sovittava** joitain selkeitä sääntöjä. (Image 8/2012)*

14. *Poikaystävä oli jättänyt minut rakastuttuaan Tukholman kuninkaallisen oopperan balettitantsijaan. Hän esitteli minulle ylpeänä valokuvaa, jossa kuvankaunis neito solmi kapoisin sormin kovakärkisten balettitosujensa silkkinauhoja. Itseinhon vallassa katselin tuolille leviäviä läskejäni. **Hyi helvetti, ajattelin, minun oli laihduttava.** (Kuukausiliite 4/2012.)*

Käännekohtat ovat sekä tekstin kiinnostavuuden että tutkimuskysymyksen näkökulmasta oleellisia, koska niissä jokin muuttuu. Kirjoittaja päästää lopullisesti irti menneestä ja epätoivotusta (kuten esimerkissä 12) tai irtautuu siitä osittain (kuten esimerkissä 13) tai vasta syöksyy kohti tätä epätoivottua (kuten esimerkissä 14). Käännekohtat eivät siis välttämättä ole vain loppuhuipennuksia, joissa ongelmasta päästään ja uusi elämä alkaa. Kahdennessatoista esimerkissä kuvataan käännettä, josta ongelmat vasta alkavat. Ongelman ratkaisulle ja anoreksiasta parantumiselle on omat käännekohtansa. Oleellista käännekohtassa on jonkin muuttuminen: niissä tehdään aina jokin ratkaisu, tietoinen tai tiedostamaton. Harppaus voi olla konkreettinen teko tai ajatus tai päätös muutoksesta.

Television muutosohjelmien muutos huipentuu affektiiviseen paljastamishetkeen, jossa ihminen näkee vihdoinkin muutoksen kohteen ja lopputuloksen, tavoitellun uuden, tai hänen läheisensä pääsevät tarkastelemaan muutosta. Muutos ei ole vain onnistunut vaan ylittää kaikki odotukset. Muodonmuutos on kuitenkin myös jatkuva prosessi, jota täytyy ylläpitää. (Paasonen 2007, 52, 56, 60.) Myös oman aineistoni muutokset huipentuvat tekstien loppuissa. ”Aitoa” optimismia heijastavat suuret muutokset (kuten väkivaltaisesta parisuhteesta eroaminen esimerkissä 12) keskittyvät yleensä tekstin loppuun. Teksteihin rakennettu muutoshalu on ikään kuin julmalla optimismilla kuorrutettua kamppailua menneen ja tulevan, ongelman ja ratkaisun, välillä. Kamppailu huipentuu tulevan ja ratkaisun voittoon, ”aidon” optimismin niskalengkkiin julmasta optimismista. Palaan tähän julman ja aidon optimismin vastakkainasetteluun tarkemmin luvussa 5.2.

Takaumien ja käännekohtien lisäksi kirjoittajan näkökulmasta kirjoitettua tekstiä rytmittävät ulkopuolisten auktoriteettien, kuten ystävien, lääkärien tai psykologien, mielipiteet ja lausunnot.

15. Amerikkalainen sosiologi **Richard Sennett** uskoo, että uudet tavarat antavat meille lupauksia onnesta. (Trendi 6/2012)

16. **Ystäväni** mielestä olen tehnyt oikean päätöksen. Siksi näen pettymyksen hänen kasvoiltaan, kun kolmen päivän päästä palaan kotiin. (Olivia 3/2012)

Ulkopuoliset toimivat ikään kuin auktoriteetteina ja perspektiivin tuojina. Ongelma saa lisää samastumispintaa, kun sitä kommentoivat muutkin kuin kirjoittaja itse. Muut osoittavat kirjoittajalle joko tukea tai kritiikkiä. Osa asiantuntijakommenteista voi olla myös puolueettomia, tilastoihin pohjaavia puheenvuoroja, jotka ilmentävät vain ongelman laajuutta ja yleisyyttä. Kirjoittaja ei ole huolineen yksin. Muiden mielipiteillä on oleellinen julman optimismin kaksisuuntaisuutta kuvaava merkitys, sillä ne tuntuvat ottavan lähes poikkeuksetta joko julmaa tai aitoa optimismia puolustavan roolin. Palaan muiden mielipiteiden merkitykseen ja tekstiä rakentavaan vaikutukseen tarkemmin luvussa 5.4.

5.2. OPTIMISMIN KAHDET KASVOT: JULMAA VAI AITOA?

Berlantin teoriassa (2011, 24) julma optimismi ylläpitää suhdetta ongelmalliseen kohteeseen. Julmaan optimismiin liittyy ajatus hyvästä elämästä ja jostakin, mitä ”kaikki haluavat”, vaikka tuo jokin voi todellisuudessa olla vain rasite. (Berlant 2011, 43.) Aineistoni teksteissä käsitellään useita tällaisia illuusioita, kuten anoreksiaa sekä kulutuksen mahdollistamia ja luomia hyvän elämän fantasioita ja vaatimuksia täydellisestä vartalosta tai sulavasta sosiaalisuudesta.

Fantasiat ovat julman optimismin perusraaka-ainetta. Ne järjestävät kokemaamme ja havainnoimaamme uudestaan niin, että voimme kuvitella jonkun tai jonkin täyttävän toiveemme ja halumme. Fantasia jäsentää epäjärjestystä niin, että emme häiriinny siitä. (Berlant 2011, 122.) Fantasia on mielen illuusio, joka paikkailee ja kätkee epäkohtia ja nostaa jalustalle toiveita ja haluja.

Omassa analyysissäni julma optimismi ei ole yksioikoinen käsite. Muutos ei rakennu suoraviivaisesti vaan on täynnä tasapainoilua menneen ja tulevan välillä. Jokaisesta tekstistä on kuitenkin luettavissa yksi selkeä ongelma, jutun aihe, johon muutoksella haetaan ratkaisua. Tämä tekstin tärkein muutos, ja ennen kaikkea siihen johtava muutoshalu, ei kuitenkaan ole yksioikoisesti julmaa optimismia. Julma optimismi ilmenee ennen kaikkea hapuiluna, joka edeltää tämän muutoksen toteutumista.

Jokaisella aineistoni tekstillä on oma suuri muutoksensa. Asta Lepän *Nälkävuodet*-artikkelissa muutos on parantuminen ja havahtuminen omien syömistottumusten epäterveellisyyteen. Henna Hietamäen *Ostopakko*-tekstissä muutos on omien

kulutustottumusten muuttamista ja kyseenalaistamista, Meri Valkaman tekstissä väkivaltaisesta parisuhteesta lähtemistä ja Mervi Juusolan tekstissä oman ulkopuolisuuden tunteen voittamista. Emma Suomisen tekstissä muutos tapahtuu oman pään sisällä kehon muutosten hyväksymisenä. Riku Korhonen muuttaa asennettaan alkoholia ja omia alkoholinkäyttötottumuksia kohtaan.

Julman optimismin ja sen piirteiden analysoiminen on hankalaa, koska ”hyvää elämää” ja oikeaa ja väärää on mahdotonta absoluuttisesti määritellä. Perustan oman analyysini Berlantin ajatukseen haitallisista haluista. Puhun analyysissäni kahdenlaisesta optimismista, julmasta ja aidosta. Määrittelen ”aidon” optimismin muutoshaluksi, joka tähtää itselle ja omalle hyvinvoinnille aidosti hyvää tekeviin asioihin, ja julman optimismin muutoshaluksi, joka vain naamioi kyseenalaiset ja pahoinvointia aiheuttavat halut itselle hyvää tekeviksi. Tämän tulkinnan perusteella aineistoni suurissa muutoksissa on siis yleensä kyse ”aidosta” optimismista. Anoreksiasta parantuminen tekee hyvää, samoin väkivaltaisen suhteen lopettaminen. Tämä tulkinta ei ole silti yksiselitteinen. Palaan julman optimismin ja illuusioiden moniulotteisuuden analyysiin tarkemmin luvussa 5.5.

Tekstien suurissa muutoksissa on kärjistetyksi kyse uuden minuuden fantasiasta. Tavallaan siis samasta asiasta kuin television muutosohjelmissa, joissa tavoitellaan ikään kuin parempaa versiota itsestä (Banet-Weiser & Portwood-Stacer 2006: 268). Aineistoni teksteissä kirjoittaja tavoittelee muutosta, joka koskee lopulta häntä itseään. Jos julmaa optimismia ajattelee muutosvoimana, joka vie kohti ”hyvää elämää” tai jotakin, mitä kaikki haluavat, tekstien suuria muutoksiakin voitaisiin pitää julman optimistisina. Puhun niiden kohdalla kuitenkin aidosta optimismista juuri siksi, että muutoksissa on usein kyse aidosti hyvää tekevistä asioista ja päämääristä, jotka ovat itselle ja muille hyväksi.

Aidon optimismin käsite voi olla harhaanjohtava, sillä en viittaa aitoudella yksiselitteisesti aitouteen vaan optimismiin, joka on todellisuustajuista ja kaunisteleमतonta, illuusiotonta. Puhun siis aidosta optimismista ikään kuin julman optimismin vastapainona ja viittaan sillä tekstin minuudelle ainakin näennäisesti hyvää tekeviin valintoihin ja pyrkimyksiin, kuten anoreksiasta parantumiseen. Aito optimismi on siis ainakin *aidompaa* kuin julma. Aito optimismi ei ammenna illuusioista, kuten julma, muttei aja silti aina vain kirjoittajan asiaa. Sen luotsaamat valinnat ovat kyllä, ainakin näennäisesti, kirjoittajan asialla, mutta niiden taustalla vaikuttavat myös kulttuuriset ja sosiaaliset normit. Palaan niihin tarkemmin luvussa 5.5.

Aitouden käsitteeseen liittyy myös paradoksaalisuuden mahdollisuus. Kodinmuutosohjelmissa osallistujat istutetaan konseptin luomaan tavallisuuden rooliin, vaikka ohjelmissa tavoitellaan samaan aikaan yksilöllisyyttä. Omannäköinen tyyli mukaileekin usein vahvasti yleisesti hyväksyttyjä normeja. (Soronen 2011, 234–235; Paasonen 2007, 64–65.) Aidon optimismin käsitteeseen liittyy samanlainen ongelma: vaikka viitataan sillä tekstien minuuden tai kirjoittajan onnellisuuteen pyrkivään muutoshaluun, tuohon unelmaan vaikuttavat väistämättä myös kulttuuriset ja sosiaaliset normit ja arvot. Aitous on siis ikään kuin jotakin oletettua minuutta ja hyvinvointia, jota muutoksilla tavoitellaan. Ajatus on linjassa terapiakulttuurin minäkeskeisyyden kanssa. Tekstin minä voi myös tavoitella vilpittömästi omaa onneaan tajuamatta, että käsitys onnesta on yhteiskunnan rakentama. Toisaalta onni voi olla myös aitoa ja muutos aidosti terveellinen, kuten anoreksiapotilaan tapauksessa.

Jaan seuraavaksi aineistoni muutokset tai muutoshalun kohteet julmiin ja aitoihin. Emma Suomisen tekstissä (*Trendi* 6/2012) aitoa optimismia edustaa muutos asenteessa, oman kehon muutosten hyväksyminen: *Olen valmis kuoppaamaan valas-ajatukseni ja tutustumaan kroppaani sellaisena kuin se on nyt, sensuroimattomana*. Julmaa optimismia edustaa laihdutustarve ja illuusio täydellisen vartalon mukanaan tuomista eduista: *Syksyllä on aina jotenkin vapauttavaa ahtaa alavartalo Wolfordin kaikenpeittäviin tukisukkikiisiin. Keväisin alkaa taas ahdistaa*. Varsinaista muutosta, eli mahdollista laihduttamista, oleellisempaa on asenne ja suhde omaan kehoon. Julmaa optimismia olisi myös kilojen pitäminen, jos niitä ei aidosti hyväksyisi. Ajatukset olisivat silloin julman optimismin ja laihuuden illuusion kahlitsevat, vaikka keho ei muuttuisikaan. Muutos tapahtuu siis ennen kaikkea kirjoittajan asenteessa.

Samaa laihuuden glorifioivaa julmaa optimismia on luettavissa myös television muutosohjelmista. Muutosohjelmissa laihtuminen yhdistetään poikkeuksetta terveyteen, eikä hengästyttävän nopeiden laihdutuskuurien terveellisyyttä juuri kyseenalaisteta. Paasonen mukaan lehtien laihdutusjutut pelaavat ennen ja jälkeen -kuvien välisillä rinnastuksilla, mutta televisiossa keskitytään itse muutosprosessiin ja sen vaatimaan työhön. (Paasonen 2007, 60–61.) Suomisen artikkeli onkin tässä mielessä epätyypillinen laihdutusjuttu. Se keskittyy nimenomaan muutosprosessin pohtimiseen ja vetoaa lukijaan ennemmin asennemuutoksen kuvaamisella kuin fyysisen muutoksen huomiohakuksella esittämisellä. Muutosohjelmissäkin ulkoisen muutoksen oletetaan aiheuttavan myös henkisen ja sisäisen muutoksen. Muutos yhdistyy henkiseen kasvuun. Ulkoisesta hyvästä olostä tulee sisäinen hyvä olo. (Paasonen

2007, 56–57; Banet-Weiser & Portwood-Stacer 2006, 257, 260, 265, 268.) Vaikutus tuntuu kuitenkin lähtevän juuri ruumiista. Sisäinen hyvä olo edellyttää normien ja kauneusihanteiden mukaista vartaloa. Suomisen tekstissä kyse on ruumiin ja ruumiinkuvan muutosten hyväksymisestä. Hyvä olo lähtee asenteesta ja itsensä arvostamisesta.

Asta Lepän tekstissä (*Kuukausiliite* 4/2012) muuttuu paitsi kehonkuva myös käyttäytyminen. Aitoa optimismia edustaa anoreksiasta parantuminen. Terveempi kehonkuva kulkee käsi kädessä terveempien ruokailutottumusten kanssa: *Joskus nälkä oli minulle itsekurin voitonmerkki. Nyt se on merkki siitä, että meidän on aika syödä.* Julmaa optimismia on ihanne laihuudesta ja sen mukanaan tuomasta hyvästä elämästä sekä oman sairaan kehon ja kehonkuvan ihannointi: *Tarvitsin jotakin äärimmäistä ollakseni olemassa. Halusin olla erilainen, eikä tuo tunne ollut pinnallinen.*

Mervi Juusolan teksti (*Olivia* 9/2012) on hyvä esimerkki julman optimismin kaksisuuntaisuudesta. Aitoa optimismia edustaa tunnelukon avautuminen: *Olen huomannut, että kun avautuu ja alkaa hymyillä rennosti koko olemuksellaan, ihmiset tulevat lähemmäs luonnostaan.* Julmaa optimismia taas edustaa ulkopuolisuuden tunnelukko ja omaan maailmaan kätkeytyminen: *Aloin jo kouluvuosina uskoa tarinaa, etten kuulu tänne, en näihin kaveripiireihin, en tälle pienelle paikkakunnalle.* Jako ei ole kuitenkaan näin yksioikoinen. Ulkopuolisuuden tunnelukon avautumisen mieltäminen aidoksi optimismiksi edellyttää oletusta siitä, että ulkopuolisuuden tunne on haitallinen ja sosiaalisuus ainoa oikea olemisen tapa. Vaikka ulkopuolisuuden tunnelukko syntyy ennen kaikkea yksinäisyydestä ja ulkopuolisuuden kokemuksesta, siihen sisältyy myös ajatus omasta erityisyydestä. Se on haitallinen malli, jos se rajoittaa ja vaikeuttaa elämää ja estää saamasta elämyksiä avoimuudesta ja sosiaalisuudesta. Tämän vuoksi miellän sen aineistossani julman optimismin piirteeksi. Palaan julman optimismin kaksisuuntaisuuteen Juusolan tekstissä tarkemmin luvussa 5.5.

Meri Valkaman tekstissä (*Olivia* 3/2012) aitoa optimismia edustaa väkivaltaisesta suhteesta lähteminen ja suhteen vikojen tiedostaminen: *Tajuan, ettei väkivaltaa ole vain töniminen, potkiminen tai lyöminen vaan myös väkivallan uhka, pettäminen ja toisen tarpeiden vähättely.* Julmaa optimismia on illuusio toimivasta parisuhteesta: *Tomi ei halua lasta. Minä vakuutan itselleni, että Tomi tottuu ajatukseen.* Illuusio ei kohdistu niinkään väkivaltaan ja sen hyväksymiseen vaan ylipäänsä toimivaan parisuhteeseen ja sen tiellä olevien esteiden, kuten väkivaltaisuuden, piilottamiseen.

Henna Hietamäen tekstissä (*Trendi* 6/2012) aitoa optimismia on oman kulutuskäyttäytymisen ongelmien tiedostaminen ja kulutustottumusten muuttaminen: *Ja mikä tärkeintä, yritän muistaa, että ihania vaatteita ostaessani saan ihania vaatteita, en täydellistä elämää.* Julmaa optimismia on illuusio kuluttamisen tuomasta onnesta ja holtittoman ostelun mukanaan tuomasta hyvästä elämästä: *Kaupan rekissä juh lamekko kietoutuu haaveisiin paremmasta minästä ja täydellisistä juhlista.*

Riku Korhosen teksti *Ja sitten lasku* (*Image* 8/2012) rakentuu alkoholin ja alkoholinkäytön hyvien ja huonojen puolien puntaroinnille. Aitoa optimismia edustaa alkoholinkäyttötottumusten ja asenteiden muuttaminen: *Näin kuvia pitkätukkaisesta laihasta pojasta kaatuilemassa vodkapullo kädessä kuin jokin yleisönsä karkottanut invalidiklovni. – – Ei hän ollut millään kielikurssilla. Hän oli oppimassa uusia tapoja olla vaaraksi itselleen.* Julmaa optimismia kuvaa alkoholin vaikutusten paikoin varauksetonkin ylistäminen: *Täytyi valoisalla hyvinolontunteella, jossa oli yhtä paljon aivotonta kiimaa kuin hengellistä kiitollisuuttakin.* Korhonen tiedostaa alkoholin vaarat hyvin ja tuo tämän esiin tekstissään. Kyse on siis ennen kaikkea omien käyttäytymismallien, tapojen ja asenteiden muuttamisesta.

Esittelin yllä julmaan ja aitoon optimismiin tekemäni jaon. Aito optimisismi huipentuu tekstien loppuihin, joissa suuri ongelma saa ratkaisunsa. Tekstien loppupuolelle on kirjoitettu käännekohta (tarkemmin luvussa 5.1.), joka ikään kuin sinetöi suuren muutoksen. Käännekohdassa jokin selvästi muuttuu, usein kirjoittajan asenne ongelmaa kohtaan. Tekstien loppuosat tukevat ja taustoittavat tätä käännettä.

Suurissa muutoksissa aito optimisismi ottaa niskalenkin julmasta. Koska suunta on oikea, kirjoittajasta rakennetaan usein hyvin pystyvä ja päättäväinen kuva. Hän on vaikeudet voittanut sankari uuden elämänsä alussa. Joissakin teksteissä sankarin rooli on selkeämpi kuin toisissa: *Minulle merkittävä on kirjan toinenkin viesti: Väkivaltaa kokenut nainen ei ole ikuisesti uhri. Jossain vaiheessa hänestä tulee selviytyjä. Ajatus auttaa minua ensin hyväksymään menneisyyteni ja sitten kääntämään sen vahvuudekseni. Minua ei nujerreta.* (*Olivia* 3/2012) Toisissa pystyvyyskuva on varovaisempi, mutta optimistinen: *Kuluneena keväänä lenkkarini ovat kuitenkin päässeet käyttöön useammin kuin koskaan ennen. Lenkkeilyn ja pilateksen avulla takareisiini on jo tullut enemmän muotoa, ja pakarani ovat nousseet ainakin aavistuksen.* (*Trendi* 6/2012)

Henna Hietamäen teksti (*Trendi* 6/2012) on hyvä esimerkki optimismista, joka kohdistuu muutoshalun tulevaisuuteen ja ylläpitämiseen. Kirjoittaja kuvaa muutosta aluksi

näin: *Se on sujunut vaihtelevalla menestyksellä, mutta suunta on oikea.* Tekstin lopussa hän kuvailee haaveidensa vaatekaapin sisältöä. Haaveiden vaatekaapin ydin on turhien ja epätäydellisten ostosten välttäminen. Haaveen kohteen kuvaus on kirjoitettu konditionaalissa (*ei sisältäisi, olisi ihanaa, olisi järkevä määrä, olisi helppo yhdistellä*), mikä kielii siitä, että puhutaan toistaiseksi toteutumattomasta haaveesta. Kirjoittaja nimeää haaveiden vaatekaapin tavoitteekseen, eli tarkoitus on myös siirtyä sanoista tekoihin.

Elämä suuren muutoksen kynnyksellä kuvataan usein päättäväiseksi, kuten Hietamäen ja Korhosen (*Image* 8/2012) teksteissä, joissa muutos on vasta alussa. Muuttuminen voi olla hankalaakin, ei missään nimessä yksioikoista. Lepän (*Kuukausiliite* 4/2012) ja Valkaman (*Olivia* 3/2012) teksteissä muutos on tapahtunut selkeästi aiemmin, jo reilusti ennen tekstin kirjoittamista. Valkaman tekstistä huokuu vahvuus ja uhrin nousu selviytyjäksi. Lepän tekstissä suuren muutoksen jälkeistä elämää kuvataan onnelliseksi: *Uskallan käyttää elämästäni jopa sanaa "onnellinen" ilman pelkoa, että sen lausuminen ääneen jollakin maagisella tavalla veisi sen minulta pois.*

Muutoksesta ei silti anneta ruusuista kuvaa lopussakaan. Onnellisuuden, päättäväisyyden ja pärjäämisen rinnalle nostetaan myös vaikeita paikkoja, takapakkeja ja muistoja entisestä elämästä.

17. *Huomaan lukon kuitenkin joskus aktivoituvan, kun joudun ristiriitaan työkavereiden kanssa. Silloin tuntuu herkästi siltä, että vaikka yritän olla reilu ja hyväntahtoinen, nuo muut ovat yhdessä minua vastaan.* (*Olivia* 9/2012)
18. *Vain muutama kuukausi rikosilmoituksen jättämisen jälkeen palaamme Tomin kanssa taas yhteen. En enää pysty perustelemaan sitä itselleni, mutta niin tapahtui.* (*Olivia* 3/2012)
19. *Sairaus muistuttaa itsestään yhä. Hapristunutta selkärankaani kolottaa. Syöpyneiden hammaskaulojen paikat irtoavat muutaman vuoden välein.* (*Kuukausiliite* 4/2012)

Heikot hetket kertovat inhimillisyydestä ja muistuttavat julmasta optimismista. Ne rakentavat kuvaa minästä, joka on päättäväisyydestään huolimatta vain ihminen, heikko, haavoittuva ja jatkuvasti liikkeessä. Takapakkien ja ongelmasta muistuttavien kehon tai mielen piirteiden

kuvaus tuo teksteihin realismia. Ongelman ja ratkaisun tematiikalla pelaaminen saattaa olla journalistinen keino ja onnellinen loppu lukijan palvelemista, mutta juuri inhimilliset erehdykset tekevät teksteistä samastuttavia ja realistisia. Muutoksesta ei siis rakenneta epätodellista ja täysin saavuttamattomissa olevaa illuusiota.

Tekstien suuret muutokset tapahtuvat ennen kaikkea kirjoittajassa ja tekstin minuudessa itsessään. Tämä on linjassa psykokulttuurin yksilökeskeisyyden kanssa. Vatvominen ja yksilökeskeinen ongelmanratkaisu voivat kummuta esimerkiksi siitä, että ihminen on lopulta vastuussa itsestään, ja siksi hänellä on oltava kyky tiedostaa itsensä ja tunteensa tietääkseen, mihin on elämässään menossa. (Saastamoinen 2006, 139.)

Vaikka muutokset tapahtuvat tekstien minuuksissa, ulkopuolisten äänetkin ovat läsnä. Mervi Juusolan tekstissä ulkopuolisille hetkille haetaan selitystä skeematerapeutilta, ja tekstin loppu huipentuu soittoon työkaverilta, joka haluaa avautua huolistaan juuri kirjoittajalle. Meri Valkaman tekstissä omalle käytökselle löydetään syytä Joanna V. Hunterin teoksesta. Riku Korhosen tekstissä soitetaan anteeksipyyntöpuheluita läheisille: *Pyysin anteeksi, en selitellyt, lupasin tehdä asioita toisin. Kuuntelin lähimpieni ääniä ja etsin niistä luottamusta. Kukaan ei käskenyt painua helvettiin.* Tekstin kirjoittaja ei siis ole yksin muutoshalunsa kanssa. Rakennettiin hänestä kuinka päättäväinen selviytyjä tahansa, hän tarvitsee muutoksessa myös muita ja muiden mielipiteitä.

Korhosenkin tekstissä on käännekohta, jossa kirjoittaja tiedostaa juomatottumuksiensa kyseenalaisuuden ja haluaa muuttua. Korhosen muutoskuvaus ei kuitenkaan ole yhtä yksioikoinen kuin monien muiden tekstien. Hän kuvaa päätöksen jälkeistä oloaan näin: *Näiden päätösten – jotka olen kaikki ainakin kerran jo rikkonut – jälkeen olotilaani hiipi toivonsarastus. Näin punottavissa silmissä jäänteitä hyvästä työmoraalistani, josta olin ollut ylpeä. Pesin veren kasvoilta, ajoin parran, menin suihkuun, kuumaan, kylmään.*

Korhosen tekstin kuvaus kuvaa hyvin julman optimismin kaksisuuntaisuutta. Jos alkoholinkäytön ylitsevuotavasta hehkutuksesta luetaan julman optimismin merkkejä, Korhosen muutosaihe edustaa tietenkin niin sanottua aitoa optimismia. Hän haluaa parantaa tapansa, ymmärtää, mikä on parhaaksi hänelle itselleen ja, ennen kaikkea, muille. Hauraasta uskomisesta tuohon muutokseen on kuitenkin luettavissa julman optimismin piirteitä. Korhonen huomauttaa sivulauseessa, että on jo rikkonut kaikki päätöksensä ainakin kerran.

Hän on tehnyt päätöksen, mutta ei tiedä, seisooko todella sen takana. Onko muutoshalu lopulta vain julmaa optimismia, illuusio oman muutosvoiman yliveraisuudesta?

Korhosen teksti päättyy paradoksiin, joka on kuin julma optimismin kuva. Korhonen kertoo hetkestä muutospäätöksen jälkeen:

Menin keittiöön, otin jääkaapista oluttölkin ja repäisin sen auki Amurin kasakan ranneliikkeellä. Kaadoin itselleni kylmän korkean lasillisen – olihan sentään Suomen kesä, joka on ohi ennen kuin ehtii sanoa haimatulehdus. Ulkona pihavaahtera heilui raittiinvihreänä, ja minä nostin maljan päättäväsyydelle, jota osoittaisin, kun siitä krapulasta oli selvitty. (Image 8/2012)

Korhonen juhlistaa päättäväsyyttään avaamalla oluen, mikä on jo itsessään paradoksi. Hetken kultaava kuvailu tukee julman optimismin illuusiota ja fantasiaa alkoholin kaikkivoipaisuudesta. Korhosen kuvauksesta on luettavissa sekä julmaa optimismia että huumoria. Julma optimismi nostaa päätään paitsi koko asetelman paradoksisessa luonteessa ja voimallisissa ilmauksissa (*Amurin kasakan ranneliikkeellä*) myös ontuvissa perusteluissa: *olihan sentään Suomen kesä*. Huumoria mukaan tuovat muun muassa *raittiinvihreän* ja *haimatulehduksen* kaltaiset sananvalinnat.

Korhosen tekstin humoristisista piirteistä on luettavissa myös ironiaa. Klassisissa ironiamääritelmissä ironia on päinvastaista kuin sanotaan tai jotain muuta kuin sanotaan. Suurin osa ironisesta kielenkäytöstä ei silti ole kumpaakaan. (Rahtu 2006b, 37.) Rahdun mukaan ironian ydin on sen kielteisyydessä, monitulkintaisuudessa ja kaksisuuntaisuudessa: on tarkkailtava aina sekä sananmukaista että epäsananmukaista tasoa. Kielteisyys kohdistuu aina johonkin tai johonkuhun. Kohteen lisäksi ironialla on usein myös uhri. (Mts. 45–46.) Kielteisyydestään huolimatta ironia edistää usein kohteliaisuutta, koska se suojelee sekä puhujaa että kuulijaa nolestumiselta (Rahtu 2006a, 192). Korhosen tekstissä ironia kohdistuu ennen kaikkea Korhoseen itseensä. Yliampuvuudessaan humoristiset sananvalinnat tekevät tekstin lopusta itseironisen ja korostavat julman optimismin paradoksia. Itseironinen taso kielii ikään kuin julman optimismin luonteen ymmärtämisestä. Kirjoittajan voidaan tulkita tiedostavan itsekin oman muutoshalunsa paradoksin.

5.3. JULMA OPTIMISMI KAUNISTELUNA

Julmaa optimismia esiintyy ennen kaikkea kaunistelussa, joka edellä kuvaamaani suurta muutosta edeltää. Ennen suuren muutoksen tai muutoshalun toteutumista kirjoittaja takertuu kiinni ongelmaan. Hetkittäin muutoshalu ikään kuin katoaa ja ongelma näyttäytyy kiinnipitämisen arvoisena. Asta Lepän anoreksiakuvaus eroaa muista teksteistä siinä, että muutoshalu rakentuu siinä tekstin mittaen sen sijaan, että se tuotaisiin heti alussa esiin tekstin kantavana voimana. Tämä voi johtua toki siitä, että oikea muutos eli anoreksiasta parantuminen on tapahtunut kauan ennen tekstin kirjoittamista eikä ole muutenkaan muutos, joka tapahtuisi sormia napsauttamalla tai journalistisen tekstin ehdoilla.

Muutosta jarruttava ongelman kaunistelukin perustuu lopulta illuusioon ja fantasiaan muutoksesta ja uudesta minuudesta. Fantasian kohde tai keinot uuden minuuden saavuttamiseksi eivät vain ole ”aitoja” tai aidosti hyvää tekeviä. Väkivaltaisen suhteen lopettamista edeltää suhteen toimivuuden illuusio (esimerkki 20). Anoreksiasta parantumista edeltää langanlaihan ruumiin glorifiointi (esimerkki 21).

20. *Seuraavana aamuna keksin selityksistä ensimmäiset. Ne kuuluvat näin: Se oli vahinko. Ei hän tarkoittanut satuttaa. Taisin itsekkin olla aika tyly. (Olivia 3/2012)*

21. *Ajattelin näin: kauneus antaisi minulle kaiken ilmaiseksi. Kauniina minun ei tarvitsisi enää suorittaa tai olla hyvä. Voisin unohtaa itseni. (Kuukausiliite 4/2012)*

Näistä esimerkeistä on hyvin luettavissa julman optimismin perusidea. Haitallinen objekti on halun kohde, ja se nähdään näin tavoittelemisen arvoisena ja hyvänä. Esimerkissä 20 kirjoittaja etsii syitä miehensä väkivaltaiselle käytökselle. Käytöksen leimaaminen tarkoituksettomaksi vahingoksi ja itsensä syyttäminen ovat keinoja viedä huomiota ikävästä asiasta. Kirjoittaja puolustelee väkivaltaista käytöstä, koska ei ole valmis päästämään irti suhteesta. Halun kohde ei ole väkivaltaisuus sinänsä vaan toimivan parisuhteen illuusio, joka suhteeseen väkivallasta huolimatta liittyy. Gillis (1996) on esittänyt ajatuksen kaksijakoisesta perheestä. Sen mukaan ihmisellä on kaksi perhettä: se, jossa elämme, ja se, jonka kuvittelemme. Sama pätee yksityiselämään mediassa: toinen puoli muistuttaa elettyä elämää

ja toinen on kuvitteellista. (Gillis 1996, xv; Jallinoja 2000, 184.) Julman optimismin ylläpitämässä illuusiossakin on siis kyse muutoshalusta – tai ainakin uskosta muutokseen. Illuusio toimivasta parisuhteesta pitää sisällään illuusion ikävistä tavoista parantumisesta. Tekstin puhuja ei siis pidä kiinni väkivaltaisesta suhteesta vaan illuusiosta, jossa suhde toimii tai parantuu tai on tarpeeksi hyvä väkivallasta huolimatta.

Esimerkissä 21 kirjoittaja rakentaa kauneuden illuusiota, joka ohjaa häntä käyttäytymään itselleen haitallisesti, eli laihduttamaan sairaalloisesti. Kauneuden illuusio pitää sisällään illuusion paremmasta, helposta elämästä. Tuossa illuusiosta kauneus ei ole vain itseisarvo vaan tuo mukanaan myös muita etuja: – – *tunsin oloni ennen kokemattoman kiinteäksi ja varmaksi, kun venyttelin tanssisalin ulkopuolella solisluut paljastavissa trikoissani. Tarvitsin jotakin äärimmäistä ollakseni olemassa* (Kuukausiliite 4/2012). Keho on siis ikään kuin väline jonkin henkisemmän muutoksen saavuttamiseksi. Fyysisten elementtien, tässä tapauksessa oman kehon, kautta tavoitellaan henkisiä arvoja tai päämääriä, kuten hyväksyntää, arvostusta ja normien täyttämistä.

Sama fyysisen ja henkisen suhde toistuu myös Henna Hietamäen *Ostopakko*-artikkelissa (*Trendi* 6/2012), jossa hyvää elämää tavoitellaan vaatteita haalimalla: *Kaunis vaate voi aiheuttaa sanoin kuvaamatonta kihelmöintiä ja riemun kiljahduksia. Miten kukaan voisi olla onneton täydellisessä pitsimekossa?* Vaatteet ovat siis ikään kuin väline, jonka avulla onnellisuus saavutetaan. Illuusio raukeaa, kun aito optimismi ottaa vallan ja kirjoittaja ymmärtää ostoskäyttäytymisensä järjettömyyden ja ottaa askeleita kohti elämää järkevämpänä kuluttajana.

Korhosen teksti (*Image* 8/2012) taas on monin paikoin avoin ylistyslaulu alkoholin eduille, vaikka yleisesti tunnettuja haittojakaan ei naiivisti sivuuteta. Julmaa optimismia on luettavissa ennen kaikkea joistakin alkoholia ylistävistä kohdista. Korhonen vertaa erästä alkoholin aiheuttamaa eheytysoivallustaan hengelliseen kokemukseen: *Tunsin viskin lämmön leviävän sisääni ja avaavan silmäni. Kaikki ympärilläni täyttyi läpitunkevalla valonhehkulla.*

Julman optimismin piirteiden affektisuus on erityisen huomionarvoista. Illusioihin liittyy tunteita, ja esimerkiksi Hietamäen tekstissä (*Trendi* 6/2012) vaatteet ovat näiden tunteiden herättämisen väline. Tämä tarkoittaa myös sitä, etteivät tunteet ole pelkästään positiivisia: *huonoina päivinä hikoilen hermorauniona asujeni keskellä ja myöhästyn tapaamisista, sillä en osaa päättää, mitä vaatteistani vihaisin vähiten.* Vaatteet kytkeytyvät

siis illuusioon onnesta niin hyvässä kuin pahassa. Jos ne voivat luoda onnellisuutta, ne voivat yhtä hyvin tuottaa myös onnettomuuden tunteita. Kulutusunelmat korostuvat myös Sorosen tutkimissa kodinmuutosohjelmissa, joissa ne kohdistuvat selkeästi asumiseen ja sisustukseen (Soronen 2011, 12).

Asta Lepän anoreksiakuvauksessa julman optimismin illuusiomainen luonne konkretisoituu. Anorektikon kehonkuva on vääristynyt ja taudin luoma mielikuva todellisuudesta vain anoreksiaa sairastavan ajatuksissa elävä illuusio. Illusion ja fantasian käsitteet toistuvat tekstissäkin: *Halusin olla yli-ihminen. Se on illuusio, joka saa naiset kohtelevaan väkivaltaisesti itseään ja miehet toisia – kärjistetysti: minä ja kouluamputajat ponnistimme samasta suosta.* Leppä vertaa kehonkuvaansa myös lapsuuden satuihin: *Elättelin naiivia unelmaa, että lapsuuteni lempisatu Tuhkimo voisi yhtä käydä toteen – että minustakin voisi tulla satumaisen kaunis.* Internetin keskustelupalstojen nuoret anorektikot kuvaavat Lepän tekstissä itseään *lasiluurangoiksi, sudenkorennoiksi ja höyheniksi tuulessa.*

Leppä siis tuo anoreksiakuvauksellaan konkreettisesti ja sanallisesti ilmi illusiorakenteen, johon julma optimismi pohjaa. Joissain kohdissa tekstiä hän tuo paradoksaalisesti ilmi myös oman ymmärryksensä tilanteesta: *Painoin alle neljäkymmentä kiloa. – – Katkerana mietin, eikö kukaan muu säälinyt minua kuin minä itse.* Kirjoittaja antaa siis ikään kuin ymmärtää, että illuusiosta ja sen ylläpitämisestä huolimatta anoreksiaa sairastava ymmärtää itsekkin, ettei kaikki ole hyvin. Tekstissä ei tuoda varsinaisesti ilmi, mihin kohdistuvaa sääliä kirjoittaja kaipaa. Laihuuteen ja sairauteen, siihen, ettei laihtua tarpeeksi nopeasti, vai siihen, että laihduttaminen on rankkaa ja kuluttavaa? Sillä ei välttämättä ole edes merkitystä: jo säälin kaipuu osoittaa, että anorektikko olettaa olevansa huomion ja ymmärryksen tarpeessa.

Julma optimismi voi rakentua monenlaisista illuusioista. Meri Valkaman parisuhdeväkivaltaa käsittelevässä tekstissä illusion kohde on esitetty selkeästi: *Onhan minulla syitä: Se oli yksittäistapaus. En osaa elää ilman häntä.* Toimivan parisuhteen illuusio ja kaipuu saa katsomaan väkivaltaa sormien läpi. Kaikista aineistoni teksteistä illusion kohde ei ole luettavissa yhtä selkeästi. Emma Suomisen tekstin illuusio esitetään mutkan kautta: *Tiedostan kyllä, että moni asia kropassani voisi olla huonomminkin. Toivoisin silti saavani senttejä pois reisistäni ja hieman kiinteämmän alavartalon.* Suomisen tekstin suuri muutos tapahtuu kirjoittajan ajatuksissa kehon muutosten ymmärtämisenä ja hyväksymisenä – tai ainakin siihen pyrkimisenä. Ajatusta jarruttaa silti täydellisen vartalon ja sen

mahdollistaman onnellisuuden illuusio. Illuusio ei siis kohdistu niinkään omaan kehoon kuin ajatukseen täydellisestä vartalosta ja yhteiskunnasta, jossa vartalon malli on onnellisuutta lisäävä tai vähentävä tekijä. Irti päästämisen kohde, tulevan tieltä väistynyt mennyt on siis ajatus täydellisen vartalon elämänlaatua parantavasta ylivertaisuudesta.

Illusion taustalla ovat ennen kaikkea normit ja kulttuuriset ja sosiaaliset kauneusihanteet, joita yhteiskunta, ympäristö ja media rakentavat. Nekään eivät ole pysyvä ja muuttumaton totuus. Esimerkiksi television muutosohjelmissa hyvännäköisyyden normi on jatkuvasti liikkeessä (Paasonen 2007, 59). Suomisen tekstissä olennaista onkin juuri kirjoittajan oman asennoitumisen ja ajattelutavan muutos. Sen sijaan, että hän jatkaisi teeskennellen, ettei mitään ole tapahtunut (*olen jo parin vuoden ajan yrittänyt aktiivisesti olla näkemättä, mitä vyötäröni alapuolella tapahtuu*), hän kohtaa rohkeasti muutokset ja muuttaa kehon sijaan ennen kaikkea mielikuviaan ja ajatusmallejaan. Kuten kirjoittaja tekstin lopulla suuren muutoksen yhteydessä toteaa: *Olen kuitenkin tiedostanut, että peili ei ole se, joka vääristää asioita. Parempi ymmärrys siitä, mitä kropassani on tapahtunut, on jo helpottanut oloani hieman.*

5.4. MINUUS JA MUUT: PERSPEKTIIVIN TUOJIA PUOLESTA JA VASTAAN

Aineistoni tekstejä rytmittävät ulkopuolisten kommentit kuvaavat hyvin julman optimismin kaksisuuntaisuutta. Ulkopuolisten mielipiteet nostetaan esiin, koska ne tuovat ilmiöön perspektiiviä ja ottavat yleensä kannan puolesta tai vastaan: ne tukevat joko aitoa optimismia tai julmaa optimismia. Muut siis ikään kuin ravistelevat irti illusioista tai osallistuvat sen rakentamiseen. Havainnollistan jakoa Lepän tekstistä (*Kuukausiliite* 4/2012) poimituilla esimerkeillä.

Aitoa optimismia tukevat muut:

Saattamaan tullut ystäväväär ei voinut ymmärtää, miksi tein ”tällaista” itselleni. Minulle se oli täysin selvää.

Kolmekymmentäkolmevuotiaana varasin ajan plastiikkakirurgi Rolf Nordströmiltä, koska otsani oli mielestäni niin ryppyinen. Nordström passitti minut tieheni.

*Vuoden 1996 kesällä laihuudestani huolestunut **työterveyslääkäri**ni lähetti minut uudelleen syömishäiriökllinikalle.*

***Kyseinen hoitaja** oli ensimmäinen ihminen, jolle olin enemmän kuin anonymi asiakas, liukuhihnanäkiintynyt, ja jonka kanssa saatoin puhua kuin aikuinen aikuiselle: lapsuudesta, rakkaudesta, seksuaalisuudesta.*

*Syksyllä 1999 rakastuin. – – Suljin silmäni ja rukoilin mielessäni – uskomatta rukoukseen kuin puolittain –, etten pyytäisi enää mitään, jos saisin **sen miehen**.*

*Oli loppuvuosi 2001, ja aloin parantua. Halusin sitä itse. **Vatsassa kehittyvä lapsi** oli tärkeämpi kuin mikään muu.*

Julmaa optimismia tukevat muut:

***Lääkäri** lopetti yhdeksästoista elokuuta 1994 päivätyn lausuntonsa mukaviin tunnelmiin: ”– Toivotetaan hyvää jatkoa!” Mikään lääkärin lausunnossa ei pitänyt paikkaansa. En ollut muuttamassa mihinkään, ja syömismallini oli kaameampi kuin koskaan.*

***Uusi lääkäri** kirjoitti syksyllä 1996: ”Potilas kertoo asioistaan eloisasti ja katsekontaktia ottaen. Mielialaltaan tekee lähinnä eutyymisen vaikutelman. – –”*

– –, ja kaikki valheeni nielaistiin epäröimättä. Minut punnittiin, vaikka jaloissani oli Dr. Martensin raskaat, paksupohjaiset varsikengät – –

Aitoa optimismia tukevissa mielipiteissä ääneen pääsevät läheiset: ystävät, rakkaat, tuleva lapsi, mutta myös muutama hoitohenkilökunnan edustaja. Aidon optimismin puoltamista ei ole välttämättä kirjoitettu auki, eli selkeäksi mielipiteeksi, vaan se voi ilmetä myös positiivisena kohti muutosta ajavana voimana, jota kirjoittaja muilta saa. Muut voivat siis vaikuttaa paitsi mielipiteellään myös olemassaolollaan – ollen ikään kuin syitä parantua. Lääkärien rooli nousee paremmin esiin julmaa optimismia tukevissa mielipiteissä. Lääkärit tuntuvat pakoilevan vastuutaan parantumisen illuusion taakse ja tukevat näin anorektikon vääristynyttä kehonkuvaa ja käsitystä omasta terveydestään. Palaan parantumisen illuusioon tarkemmin luvussa 5.5.

Muiden mielipiteet tuovat tekstiin ulottuvuuksia. Ongelmasta tulee yhteinen, kun kaikilla saa ja täytyy olla mielipide siitä. Muiden mielipiteillä on myös yllättävän suuri merkitys. Kirjoittaja saattaa vastustaa niitä tai olla eri mieltä, mutta hän reagoi mielipiteisiin aina. Jo pelkästään se, että hän nostaa ne esiin tekstissä, on merkki siitä, että ne ovat herättäneet hänessä ajatuksia. Esimerkiksi Meri Valkama kuvaa muiden asenteiden vaikutusta seuraavasti: *Minua ympäröivässä hiljaisuudessa Tomin ja ulkopuolisten asenteet alkavat*

syödä sisintäni. Alan ajatella, että kaikki olisi hyvin, jos vain osaisin olla hyväksyvämpi ja hiljaisempi ja vähemmän vaativa. **Päätän muuttua.** (Olivia 3/2012)

Muiden mielipiteet voivat siis sekä lietsoa julmaan optimismiin (esimerkki yllä) että kannustaa aitoon optimismiin, isoon muutokseen tai parantumiseen: *Sitten kollegani katsoo minua ja hymyilee lempeästi. ”Sillä ei kyllä tosiaan ole mitään tekemistä tyhmyyden kanssa”, hän sanoo. Hetkessä olen taas ehjä* (Olivia 3/2012). Emma Suomisen tekstin suuri muutos huipentuu läheisen, oman miehen, mielipiteeseen, joka ikään kuin sinetöi päätöksen uudesta asenteesta: *Sen sijaan hän sanoo, että ehkä on parempi, etten ole enää vain luuta ja nahkaa. Kuten tavallista, hän on oikeassa.* Viimeisen virkkeen ilmaus ”kuten tavallista” tekee miehen sanoista satunnaista heittoa painavampia ja esittää hänet auktoriteettina, jonka sanoilla on tärkeä painoarvo kirjoittajalle.

Riku Korhosen tekstissä myös kyseenalaistetaan muiden mielipiteisiin ja ylempiin auktoriteetteihin tukeutuminen: *Jos Truman Capote oli kännissä kaatunut ja katkonut hampaitaan, tekikö se minun ruhjeistani yhtään kirjallisempia ja kunniallisempia?* Korhonen rinnastaa omat juomatottumuksensa rappiotaiteilijoiden myyttiin ja kyseenalaistaa alkoholin ja suuren luovuuden pyhän yhdistelmän.

Television muutosohjelmissa muutoksen tarpeessa olevat ihmiset ovat puhtaasti asiantuntijoiden armoilla. Asiantuntijat määrittelevät oikean ja väärän rajat. (Paasonen 2007, 52, 58) Harrastelijoiden ja ammattilaisten suhde on sekä hierarkkinen että symbioottinen. Harrastelija saattaa nauttia ”tuunauksesta”, mutta tekee sen asiantuntijan silmissä usein väärin. (Mts. 62; Zimmermann 1995, 1–6.) Kuten yllä esitin, asiantuntijarooliin nostetut muut ottavat arvostelijan roolin myös tarkastelemissani aikakauslehtiartikkeleissa. Heidän mielipiteistään tunnutaan kuitenkin hakevan tukea ja perspektiiviä sen sijaan, että heille annettaisiin ainoan oikean auktoriteetin rooli. Muut toimivat myös samastuttavien elementtien rakentajina. Ilmiö ei ole vain kirjoittajan oman kokemuksen tuottama harha tai illuusio vaan näkyvä ongelma, josta muillakin on kokemusta tai mielipide.

Havainnollistin muiden mielipiteiden tai läsnäolon asettumista joko julman tai aidon optimismin puolelle Asta Lepän tekstistä poimituilla esimerkeillä. Lepän tekstissä läheiset asettuivat kannustamaan tai motivoimaan aitoon optimismiin ja ulkopuoliset lääkärit enimmäkseen julmaan. Jako ei kuitenkaan ole aina näin yksinkertainen. Aitoa optimismia voivat tukea myös psykologien kaltaiset auktoriteetit tai tuntemattomat nimeltä mainitsemattomat ulkopuoliset. Vastaavasti myös läheiset voivat ainakin näennäisesti asettua

julman optimismin kannalle, vaikka useimmiten ovat sitä vastaan. Meri Valkama (*Olivia* 3/2012) asettaa keskenmenossa menehtyneen lapsensa julman optimistin saappaisiin: *Ja: Meille voisi olla tulossa lapsi, hänen takiaan minun on yritettävä*. Syntymätön lapsi toimii siis ikään kuin perusteena muutoksen ja onnellisen parisuhteen illuusiolle. Hän on yksi syy uskoa ja pitää kiinni julman optimismin illuusiosta.

Emma Suomisen tekstissä julman optimismin tueksi asetetaan ystävä: *Olen pitkään seurannut liikunnallista ystävääni, jolla on täydellinen vartalo – hoikka mutta kurvikas, lihaksikas mutta naisellinen*. Vaikkei kirjoittaja ole valmis muuttamaan elämäntapojaan ystävänsä elämäntapojen kaltaisiksi, ystävän vartaloa käytetään esimerkkinä tavoitellusta täydellisyydestä ja täydellisen vartalon normista. Kyse on siis ennen kaikkea siitä, että kirjoittaja perustelee muiden avulla jompaakumpaa optimismia *itselleen*. Muut eivät välttämättä pääse itse ääneen lausumaan omaa mielipidettään vaan heitä käytetään tukevinä esimerkkeinä.

Teksteihin kirjoitettuja ulkopuolisten ääniä ei aina personoida, eikä niillä välttämättä edes viitata tiettyyn ihmiseen. Voidaan puhua esimerkiksi *muista, ulkopuolisista, kaikista, ihmisistä, kaikista naisista, ystäivistä, tuntemattomista, työkavereista, muutamista lapsista* tai käyttää ainoastaan tekijän häivyttävää passiivimuotoa. Yleistävät ja tekijät häivyttävät ilmaukset tuovat tekstiin yleispätevyyttä mutta myös kiertelevät vastuuta. Jos jotain mieltä ovat *ihmiset* tai *kaikki naiset*, kenen mielipiteestä lopulta puhutaan? Epämääräinen viittaus voi olla epämääräinen, koska tarkempaa kohdetta ei edes osata antaa. Yleistävät ilmaukset voivat siis pohjimmiltaan viitata ennen kaikkea kirjoittajan pelkoihin tai ajatuksiin siitä, mitä *muut* ajattelevat. Yhteiskunnan normit on kirjoitettu myös kirjoittajan ajatuksiin ja maailmankuvaan, ja osa ulkopuolisten ajatuksiksi naamioiduista ajatuksista voikin olla kirjoittajan ajatuksia siitä, mitä muut ajattelevat. Palaan yhteiskunnan ja kulttuurin asettamiin normeihin ja ideaaleihin tarkemmin seuraavassa luvussa.

5.5. ”HAKATTU NAINEN ON TYHMÄ” JA MUITA ILLUUSIOITA

Tunteet kytkeytyvät aina sosiaaliin ja kulttuuriin kohtaamisiin. Kulttuurintutkija Sara Ahmed sijoittaa tunteet ”subjektin ja objektin kohtaamiseen”, jossa aktivoituvat ”historialliset ja kulttuuriset tarinat, teemat ja assosiaatiot”. Tunteet eivät siis synny tyhjästä tai ole ”jotain,

joka meillä on”. (Nikunen 2010, 8.) Tarkastelen tässä luvussa illuusioiden ja julman optimismin moniulotteisuutta ja -suuntaisuutta. Teksteistä on luettavissa muitakin illuusioita ja fantasioita kuin ne ilmeisimmät, jotka ongelman ja ratkaisun vastakkainasettelu rakentaa. Tarkastelen tässä luvussa kulttuurin luomia ideaaleja, ajatusmalleja tai normeja, joita teksteistä on luettavissa. Nämä ajatusmallit kytkeytyvät Berlantin ajatukseen hyvästä elämästä (Berlant 2011, 27, 43).

Vaikka aineistoni tekstit ovat omakohtaisia ja minämuotoisia, niistä on luettavissa sekä edellisessä luvussa tarkastelemiani ulkopuolisten ääniä että yhteiskunnan normeja ja ideaaleja, joiden mukaan ihmisten toivotaan tai oletetaan elävän. Länsimaissa vapaus ymmärretään kyvyksi kontrolloida itseään ja tehdä valintoja riippumatta muiden tahdosta. Populaarikulttuurin vapaus on usein irtautumista kulttuurin tai hallinnon kahleista. Yksilöiden elämänprojektien keskiössä on oman jutun löytämisen ohella ”yksilön onnellisuuden korostus”. Onnellisuus on tie riippumattomuuteen. Se nähdään ristiriidattomana tilana, jossa ihmisellä on mahdollisuus ja itseluottamusta tehdä valintoja eli hallita elämäänsä. Onnettomuus taas nähdään sekä esteenä onnellisuuden tiellä että mahdollisuutena muutokseen tiellä kohti parempaa itsekontrollia. (Saastamoinen 2006, 152.) Tekstieni minuudet luovat siis kuvan näennäisestä vapaudesta, itsetuntemuksesta ja oman elämän hallinnasta, jota kulttuuriset normit ja ideaalit kuitenkin väistämättä varjostavat ja siivittävät. Tämä ei kuitenkaan tarkoita, että yhteiskuntamme suoranaisesti pakottaisi ketään tekemään mitään. Asiantuntijat vain ikään kuin tarjoavat suosituksia ja mahdollisuuksia itsenäiselle päätöksenteollemme. Kukaan ei siis pakota itsensä kehittämiseen, mutta sen laiminlyönti kielii passiivisuudesta. (Saastamoinen 2006, 153.)

Viitataan tässä luvussa tarkastelemillani illuusioilla siis kulttuuriin malleihin, normeihin ja yleisesti hyväksyttyihin tai tunnettuihin käsityksiin, jotka muokkaavat ja rakentavat haaveitamme ja ajatuksiamme hyvästä elämästä ja ”oikeista” tavoista toimia yhteiskunnassa. Näistä malleista selkeimmin esiin tuodaan jo Meri Valkaman tekstin (*Olivia* 3/2012) otsikkoon nostettu ”hakattu nainen on tyhmä”. Tämä illuusio poikkeaa muista, rivien väliin kirjoitetuista malleista siinä, että tekstin kirjoittajakin tiedostaa sen ja tuo oman kriittisen suhtautumisensa hyvin esiin. Hän haluaa nimenomaan oikaista ennakkoluuloja kertomalla kokemuksistaan. Kirjoittaja toteaa jo ingressissä, että haluaa avata suunsa, koska yleensä parisuhdeväkivallan uhrin ovat hiljaa. Samaan ajatukseen hän myös päättää tekstinsä: *Vaikeneminen on tyhmää. Minä en ole.*

Tekstissä on lukuisia kohtia, joista voi lukea muiden ennakkoluuloja väkivaltaisen parisuhteen uhreista. Niiden viesti on lähes poikkeuksetta sama: täytyy olla typerä, jos jää suhteeseen, jossa lyödään. Ajatuksen taustalla on kulttuurinen ja sosiaalinen normi onnellisesta ja toimivasta parisuhteesta ja ennen kaikkea tavoista olla ja elää sellaisessa. Vain väkivaltaiseen parisuhteeseen jäänyt tietää, miksi on uskonut suhteeseen eikä lähtenyt. Ajatus ei koske niinkään illuusiota väkivaltaisen parisuhteen onnellisuudesta, sillä lähtemisen järkevyyteen uskonee ulkopuolisten lisäksi myös tekstin minä itse – mutta vasta sen jälkeen, kun on lähtenyt. Yhteiskunnan oletukset kohdistuvat ennen kaikkea suhteeseen jääneeseen naiseen ja arvostelevalle hänen arvostelukykyään ja toimintaansa.

Tulkitsen teksteistä paistavat kulttuuriset ja sosiaaliset normit tienviitoiksi, jotka ohjaavat kohti hyvää elämää. Viittaan ”hyvällä elämällä” yhteiskunnan normien muovaamaan käsitykseen, enkä niinkään siihen, mikä tekee ihmisen aidosti onnelliseksi. Nämä pyrkimykset ovat näennäisesti samalla asialla mutta voivat käytännössä olla ristiriidassa keskenään. On aiheellista kysyä, onko asian tai uskomuksen tieteellisellä todenmukaisuudella merkitystä, jos se saa ihmiset tuntemaan olonsa paremmaksi. Yhteiskunnallisella tasolla hyvä uskomus edistää tietenkin yhteiskunnan toimivuutta. (Itäpuisto 2006, 134.) Väkivaltaisen parisuhde tuskin tekisi kirjoittajaa pidemmän päälle onnelliseksi, mutta edustaakseen aitoa optimismia irti pyristelemisen pitäisi motivoitua kirjoittajan oman onnen tavoittelusta yhteiskunnan asettamien onnellisuusnormien sijaan.

Totesin aiemmassa, muiden mielipiteiden roolia kuvaavassa luvussa Asta Lepän anoreksiakuvauksessa esiintyvien lääkäreiden asettuvan tukemaan useammin julmaa kuin aitoa optimismia. Lääkärit tuntuivat ikään kuin lietsovan anorektikon vääristynyttä kehonkuvaa sen sijaan, että olisivat tarttuneet tomerammin sen parantamiseen. Tekstissä esiin nostetut lääkäreiden lausunnot heijastelevat jonkinlaista paranemisen illuusiota. Esimerkissä 22 lääkäri kuvailee potilaan syömismallia *selvästi paremmaksi* ja toivottaa hyvää jatkoa kuin kierrellen vastuuta.

22. *”Potilas tehnyt valmisteluja mahdollisen Turkuun muuttonsa suhteen. Kokee jonkin verran hyötynensä täällä käynneistä, syömismalli selvästi parempi kuin viime syksynä. Toivotetaan hyvää jatkoa!”* (Kuukausiliite 4/2012)

Leppä tuo useampaan otteeseen ilmi lääkäreiden nielaisseen hänen valheensa ja kirjoittaneen lausuntoja, jotka eivät vastanneet millään tavalla todellisuutta. Lääkäreiden asenteen taustalla voi olla joko puhdas laiskuus tai sinisilmäisyys, usko paranemisen illuusioon, tai illuusio positiivisuuden parantavasta voimasta. Huomionarvoista on, että kirjoittaja tukee tätä parantavan positiivisuuden illuusiota paikoin itsekin: – – *muuttaisin pikapuoliin pois Helsingistä ja jättäytyisin freelanceriksi, kenties vaihtaisin kokonaan alaa. Silloin – tästä olin taatun varma – ongelmani ratkeaisivat ja saisin sielunrauhan.* Paranemisen illuusio on monimutkainen paradoksi. Toisaalta voidaan ajatella, että paraneminen edellyttää positiivista ajattelua ja optimismia onnistuakseen. Toisaalta on sinisilmäistä uskoa, että anoreksiasta parantuisi vain ajattelemalla myönteisesti ja vaihtamalla asuinpaikkaa. Muutoksen on, jälleen kerran, tapahduttava ennen kaikkea ajattelutavassa ja omassa kehonkuvassa.

Terveys- ja sairausjournalismin tutkimuksissa nähdään eroja sairauden määritelmässä. Selvin ero on sairauden kokijan määrittelyn ja sairauden lääketieteellisen määritelmän välillä. Ihminen voi siis olla sairas tai terve paitsi itsensä myös ympäristön tai lääketieteen mielestä. (Torkkola 2008, 99, 103.) Lepän tekstissä risteävät lääketieteen ja potilaan käsitykset sairaudesta. Anorektikon käsitys omasta sairaudestaan tai terveydestään on poikkeuksellinen, sillä kehonkuva on vääristynyt. Lepän tekstin potilas tuntuu kuitenkin paradoksaalisesti olevan paremmin perillä voinnistaan kuin moni häntä tutkiva lääkäri: *Mikään lääkärin lausunnossa ei pitänyt paikkaansa. En ollut muuttamassa mihinkään, ja syömiselläni oli kaameampi kuin koskaan.* Huomionarvoista toki on, että teksti on kirjoitettu anoreksiasta parantumisen jälkeen, jolloin omaa tai muiden sairastajan aikaista käyttäytymistä on mahdollista tarkastella kriittisesti jälkikäteen. On mahdotonta sanoa, onko kirjoittaja ollut perillä asiasta tapahtumahetkellä vastaanotolla vai vasta myöhemmin, terveenä, tekstiä kirjoittaessaan. Voidaan ajatella, että tekstissä risteävät kahden minuuden ajatukset: anoreksiaa sairastavan ja siitä jo parantuneen.

Potilisuuden kulttuurinen tulkinta ei ole yhtenäinen tai muuttumaton: sitä tuotetaan sekä hoitokäytännöissä että teksteissä. Esimerkiksi lääkemainosten potiluus on aktiivisempaa kuin journalististen tekstien, sillä mainosten potilas on enemmän kuluttaja kuin hoidettava. (Torkkola 2008, 222.) Asta Lepän teksti on journalistisena tekstinä poikkeuksellinen, sillä siinä potilas on myös kirjoittaja. Häntä ei esitetä toimittajan tai median asettamassa roolissa, vaan hän ikään kuin esittää itse itsensä. Voidaan siis olettaa, että Lepän tekstin potiluus on

aktiivisempaa kuin esimerkiksi useimmissa terveyttä tai sairautta käsittelevissä uutisteksteissä.

Berlantin teoriassa julman optimismin ajatus kytkeytyy fantasiaan hyvästä elämästä ja yleisesti tavoitelluista ja tavoittelemisen arvoisista asioista (Berlant 2011, 27, 43). Hyvän elämän ajatus on oman onnellisuuden tavoittelusta kummutessaankin suhteessa kulttuuriin ja siihen, mitä milloinkin pidetään tavoittelemisen arvoisena, arvokkaana tai hyväksyttynä tapana olla ja elää. Yhteiskunnan onnellisuus- ja tavallisuusnormit kytkeytyvät psykokulttuurin taipumukseen diagnosoida erityisesti kaikkea keskimääräisestä poikkeavaa (Hamilo 2007, 14). Hyvän elämän ajatuksen taustalla on siis illuusio jostakin yleisesti hyvästä ja hyväksytystä ja keskimääräisestä, joka tekee ihmiset onnellisiksi.

Olen jakanut aineistoni optimismin julmaan ja aitoon nimenomaan sillä perusteella, edistääkö jokin muutos tai asiantila kirjoittajan omaa onnellisuutta. Hyväankään pyrkiminen ei ole aitoa optimismia, jos sitä ohjaavat oman onnellisuuden sijaan yhteiskunnan onnellisuusnormit. Mervi Juusolan tekstissä nämä yhteiskunnan onnellisuusilluusiot liittyvät nimenomaan tekstin suureen, aidoksi optimismiksi tulkittuun, muutokseen, joka kumpuaa paitsi aidosti hyvää tekevien asioiden tavoittelusta myös kulttuurisista normeista.

Tulkitsin Juusolan tekstin (*Olivia* 9/2012) suuren muutoksen eli tunnelukon avautumisen aidoksi optimiksi, koska muutos ainakin esitettiin kirjoittajalle aidosti hyvää tehneeksi asiaksi (*Tilalle tuli monia valtavan hyväntahtoisia ihmisiä: uusia ystäviä, joiden kanssa vuorovaikutus oli jotain aivan muuta kuin aiemmat sosiaaliset kuvioni*). Ulkopuolisuuden tunnelukkoon ja omaan maailmaan kätkeytymisen taas tulkitsin julmaksi optimismiksi ja muutosta jarruttavaksi tekijäksi. Jako ei kuitenkaan ole yksioikoinen, sillä se edellyttää tietynlaista tulkintaa yhteiskunnan normeista.

Tein jakoni nojaten nimenomaan siihen, mikä esitetään kirjoittajalle hyvää tekeväksi. Se, minkä kirjoittaja esittää itselleen hyvää tekeväksi, taas perustuu hänen kokemukseensa elämästään, ongelmastaan ja yhteiskunnan normeista. Ulkopuolisuuden tunnelukko epäilemättä rajoittaa kirjoittajan elämää (*mietin aina etukäteen repliikkejäni: mitä voin ja saan sanoa ja missä välissä*), mutta siitä pääsemisen taustalla voi olla myös ajatus tietynlaisesta yhteiskuntamme edellyttämästä sosiaalisuudesta.

Juusola aloittaa tekstinsä seuraavasti: *Vilkuilen ulos ikkunasta ja toivon, että ulos tuijottelu saisi minut näyttämään vähemmän yksinäiseltä*. Virke kuvaa hienosti

sosiaalisuuden normia ja yhteiskunnan suhdetta yksinäisyyteen: se koetaan painostavana ja vääränä olemisen tapana, jota on syytä piilotella julkisessa tilanteessa. Myöhemmin Juusola jatkaa: *Kännykän räplääminen luo vaikutelman, että ihminen on yksin vain siksi, että hän hoitaa juuri Tärkeitä Asioita*. Ulkopuolisuuden peittely kumpuaa todennäköisesti kirjoittajan omasta epävarmuudesta, mutta yhteiskunnan sosiaalisuusnormeilla on varmasti oma osuutensa epävarmuuden synnyssä.

Kulttuuristen ja sosiaalisten normien heijastumista Juusolan tekstiin kuvaa hyvin tapa, jolla ulkopuoliset auktoriteetit ja muiden mielipiteet ulkopuolisuuden tunnelukkoon suhtautuvat. Totesin minuuden ja muiden suhdetta käsitelleessä luvussa 5.4. muiden mielipiteiden tukevan yleensä joko julmaa tai aitoa optimismia. Juusolan tekstissä aitoa optimismia eli tunnelukon avautumista tukevat mielipiteet voi ikään kuin jakaa kahteen luokkaan: ne joko tukevat hyvinvointia (kirjoittajan parhaan ajattelu) tai tuomitsevat epäsosiaalisuuden (sosiaalisten normien ajattelu).

Hyvinvointia tukevat mielipiteet kannustavat sosiaalisuudesta saataviin elämyksiin ja hyvään oloon: *Silloin voi tapahtua niinkin, että vanha työkaveri soittaa ja haluaa jutella luottamuksellisesti tukalasta työtilanteestaan. Ajatella, jutella juuri minun kanssani*. Epäsosiaalisuuden tuomitsevat mielipiteet tai tulkinnat lähestyvät ongelmaa negatiivisen kautta tukeutuen sosiaalisuuden kulttuurisiin normeihin: *Epävarmuuteni ja vierauteni haistettiin kuitenkin kaikkialla: kauppaoppilaitoksessa, uudessa kaveripiirissäni ja kesätyöpaikoissani. – – Elämä oli jatkuvaa toisten huomion ja hyväksynnän odottelua*. Ulkopuolisten päämäärä on siis ikään kuin sama mutta keinot erilaiset. Toisten tavoitteleman hyvän elämän lähtökohtana on aidon optimismin perusajatus eli kirjoittajan omaan hyvään oloon pyrkiminen. Toisille tilanne ei ole ongelmallinen kirjoittajan hyvin- tai pahoinvoinnin näkökulmasta, vaan koska se rikkoo kulttuurisia ja sosiaalisia normeja, tapoja olla yhteiskunnassa. Tällöin muutoshalua ja hyvän elämän haavetta motivoivat nimenomaan yhteiskunnan ajatukset hyvästä elämästä.

Juusolan teksti on myös erinomainen esimerkki terapiakulttuurin käänteestä. Juusola purkaa ulkopuolisuuden tunteen ongelmaansa tunnelukon käsitteen kautta. Hän nojaa skeematerapeutti Kimmo Takasen ajatuksiin ja toteaa muun muassa, että *tunnelukko estää saavuttamasta päämääriä ja varastaa ihmiseltä elämäniloa, rentoutta ja mielihyvää*. Psykokulttuurillahan viitataan juuri siihen, että ihmiset alkavat puhua arjestaankin psykologiasta tutuin termein (Kivivuori 1991, 8). Omakohtaisen ja tunnustavan kerrontatavan

taustalla voi siis olla ”vatvomisen perinteestä”, itsetuntemuksesta ja terapiakulttuurista ammentavia motiiveja. Palaan niihin tarkemmin luvussa 5.6.

Arjen psykologisointi ja kulttuuriset ja sosiaaliset normit kytkeytyvät tavallaan toisiinsa. Psykologisoinnin taustalla voi olla ongelma, tai tunne ongelmasta, joka kumpuaa sosiaalisista paineista ja normeista, jotka määrittävät tapaamme olla ja elää yhteiskunnassa. Asta Lepän tekstin anorektikkaa alistaa kauneuden ja laihuuden ylivermaisyyden illuusio. Samasta kauneushanteiden suosta ponnistetaan myös Emma Suomisen vartalon muutoksia käsittelevässä tekstissä. Henna Hietamäkin pohtii ulkonäköön kohdistuvia paineita shoppailuriippuvuutta käsittelevässä artikkelissaan. Kulttuurin luomia ulkoisia paineita on usein pidetty ennen kaikkea naisten ongelmana. Konsumerismi on perinteisesti yhdistetty arvaamattomuuden ja hedonismien naiselliseen pidettyihin piirteisiin. Konsumerismin kenttä nähdään usein edelleen ”halventavasti feminisoituna, pinnallisena ja joutavana.” (Cronin 2005, 38.) Tutkimuskysymykseni kannalta feminisoitua diskurssia olennaisempaa on ajatus ulkoisten paineiden yhteiskunnallisesta, kulttuurisesta ja sosiaalisesta luonteesta. Oman hyvän olon tai hyvinvoinnin tavoittelun sijaan ulkoisten muutosten motiivina on usein jokin kauneuden tai laihuuden normi tai ideaali, jota kulttuuri ja media ylläpitää.

Meri Valkaman tekstissä kummittelevat parisuhteessa elämisen normit ja kuva järkevästä ja omanarvontuntoisesta naisesta, joka ei alistu huonoon kohteluun. Riku Korhosen tekstissä koetetaan melko suorasukaisesti kyseenalaistaa epäluuloisen ja kriittisen alkoholipolitiikan normi. Korhonen ei siis kyseenalaista alkoholin vaaroja itsessään vaan kulttuurin, jossa alkoholiin suhtaudutaan julkisessa keskustelussa ja normeissa, ehkä juuri näistä vaaroista johtuen, epäluuloisesti ja kompleksisesti sen tuomat ilot unohtaen.

Aineistostani kumpuavien kulttuuristen ja sosiaalisten normien rakentama hyvän elämän kuva on moniulotteinen. Hyvä elämä edellyttää sekä ulkoista että sisäistä hyvinvointia. Sisäisen hyvinvoinnin on heijastuttava ulospäin terveenä ja hoikkana vartalona, joka on puettu itsetuntoa kohottaviin ja hyvää mieltä nostattaviin vaatteisiin. Ongelmien voittaminen edellyttää ennen kaikkea positiivista ja pystyvää asennetta elämään ja elämässä pärjääminen tietynlaista sosiaalisuutta, jota esimerkiksi alkoholinkäyttö voi edesauttaa. Tämä ei kuitenkaan tarkoita sitä, että yhteiskunnan normien mukaista hyvää elämää viettävä ihminen käyttäisi runsaasti alkoholia vaan ennemmin sitä, että yhteiskunnan sosiaalisuusnormin täyttäminen voi johtaa runsaaseenkin alkoholinkäyttöön.

Aineistostani luettavien yhteiskunnallisten ja sosiaalisten normien mukaiseen hyvään elämään kuuluu myös onnellinen luottamukseen ja tasa-arvoisuuteen pohjautuva parisuhde. Länsimaisen yhteiskunnan käsitykset parisuhteesta ja avioliittoinstituutiosta ovat muuttuneet vuosien saatossa ja ihmissuhteista on tullut yhä enemmän kahden ihmisen välisiä, yksilöllisistä lähtökohdista solmittuja sopimuksia perheen tai suvun tekemien sopimusten sijaan. Tämä on toisaalta myös lyhentänyt suhteiden kestoja: jos suhde ei tyydytä, yksilö on ”suorastaan velvollinen itselleen etsimään jotakin parempaa”. (Saastamoinen 2006, 147–148.) Tähän perustuu myös aineistostani heijastuva parisuhdekäsitys. Tasapainoinen, normien mukainen parisuhde on ihanne ja ainoa tie onneen ja muunlaiseen parisuhteeseen jääminen tyytymättä.

Julmaan optimismiin nämä kulttuuriset ja sosiaaliset normit kytkeytyvät siten, etteivät yhteiskunnan tuottama hyvän elämän ajatus ja keinot, joita se saa ihmiset käyttämään, välttämättä tee ihmistä onnelliseksi. Yhteiskunnan ja yksilön tavoitteet, haaveet ja ajatukset onnellisuudesta voivat olla samansuuntaisia tai samanlaisia, mutta yhtä hyvin nämä pyrkimykset voivat olla ristiriidassa keskenään. Tässä mielessä myös monet aineistoni suurista muutoksista ovat julman optimistisia.

Teksteistä luettavat kulttuuriset normit ja hyvän elämän määritteet ovat keskenään hyvin monitasoisia ja -suuntaisia. Osa niistä ohjaa kirjoittajaa joko suuressa muutoksessa (muutos ulkopuolisesta sosiaalisesti) tai jo ongelmaan ajautumisessa (anoreksiaan sairastuminen tai ostosriippuvuus) tai on muuten vain värittämässä tarinaa (väkivaltaiseen parisuhteeseen jäämisen ”typeryys”). Kaikilla kulttuurisilla tai sosiaalisilla normeilla ei siis ole sama vaikutus tai rooli muutoksessa, ja oleellisempaa onkin, että ne ylipäänsä ovat aina tavalla tai toisella läsnä.

5.6. SAMASTUMISEN KOKEMUS JA MUITA SYITÄ MUUTOKSELLE

Olen tarkastellut analyysini viidessä ensimmäisessä luvussa, miten muutoshalu rakentuu aineistoni teksteissä, miten julma optimismi jarruttaa muutosten toteutumista ja millaiset ulkopuoliset tekijät, kuten muut ihmiset tai kulttuuriset normit, vaikuttavat muutoshalun ja julman optimismin toteutumiseen. Analyysini viimeisessä luvussa pohdin syitä muutoshalun, julman optimismin ja omakohtaisen kirjoittamisen takana. Pohdin aluksi toista

tutkimuskysymykseni alakysymyksistä: millaisia motiiveja omasta elämästä kirjoittamisen ja muutoshalun ja julman optimismin taustalla on?

Aineistoni on ennen kaikkea kokoelma journalistisia tekstejä, joita tarkasteltaessa ei sovi unohtaa journalismin lainalaisuuksia ja juttutyypin asettamia rajoja ja vaatimuksia. Toimituksissa pyritään vastaamaan lukijoiden odotuksiin, tarpeisiin ja toiveisiin. Avoimuuden ja helposti omaksuttavan ilmaisuuden tavoittelu on aikakauslehdille tyypillistä. Aikakauslehdet luovat yhteisöjä ja muokkaavat lukijoiden identiteettiä. (Töyry 2009, 129.) Aikakauslehtiä luetaan, koska ne vangitsevat lukijan kiinnostuksen, ei siksi, että tunnettaisiin velvollisuudentuntoa tärkeitä aiheita kohtaan (mts. 133).

Sekä julman optimismin piirteet että tarinankerronnan omakohtaisuus kertovat jotakin aineiston tekstilajista. Tekstilajit poikkeavat aina toisistaan paitsi päämääriltään myös rakenteeltaan, sisällöiltään ja kieleltään. Tekstilajit muuttuvat ajassa, ovat vuorovaikutuksessa keskenään ja lainailevat piirteitä toisiltaan. (Makkonen-Craig 2006, 120.) Aineistoni journalistiset tekstit ovat velkaa esimerkiksi kaunokirjallisille teksteille. Kaunokirjallisuuden kielen keskeisenä tuntomerkkinähän pidetään muun muassa mielikuvien luomista ja tunteiden ilmaisua: kieltä käytetään sekä tunteiden välittämiseen että synnyttämiseen. (Mts. 119–120).

Kaunokirjalliset kerronnan keinot tai yleisen lähestyminen yksittäisen ja yksityisen kautta eivät automaattisesti merkitse ”vakavien journalististen pyrkimysten häivyttämistä”. Journalismikin tarvitsee tehokeinoja, joilla yleisö saadaan eläytymään. (Lehtimäki 2007, 245.) Julman optimismin piirteet tuovat teksteihin runsaasti draaman kaarta ja ovat journalistisia keinoja siinä missä käännekohtat ja takaumatkin. Jos muutos tapahtuisi hetkessä ja helposti, tarina olisi tylsä. Julman optimismin piirteet ovat juuri niitä täydellisyyttä rikkovia säröjä, jotka vangitsevat lukijan kiinnostuksen.

Säröt tuovat teksteihin myös inhimillisyyttä, joka edesauttaa läheisyyden ja samastumisen syntymistä. Aikakauslehdet suosivat journalistista läheisyyttä, sillä lukijat sitoutuvat mediaan, jonka he kokevat rakentavan heidän identiteettiään (Dayan 1998, 103; Töyry 2009, 133). Aineistoni tekstit ovat hyviä esimerkkejä tästä avoimuudesta ja identiteettiä rakentavasta läheisyydestä. Kirjoittaja jakaa omakohtaisen kokemuksensa tai koskettavan tarinansa lukijalle kuin ystävä.

Olen pohtinut aineistoa analysoidessani, miksi toimittaja haluaa kirjoittaa henkilökohtaisesta aiheesta, itsestään ja elämästään, omalla nimellään. Yksi tärkeimmistä

syistä, niin aineistoni kuin monen muun aikakauslehtiartikkelin tapauksessa, lienee nimenomaan samastuminen. Kirjoittaja kertoo tarinansa lukijalle, joka saattaa samastua tekstiin, löytää siitä itsensä tai läheisensä. Moni arasta aiheesta kirjoitettu avautuminen on lohdullinen viesti saman ongelman kanssa kamppaileville. ”Et ole yksin” tai ”minäkin selvisin”, teksti viestittää. Tähän voi perustua myös tekstien ”optimistisuus” tai muutoshalu. Lukijalle halutaan tarjota selviytymistarinoita, neuvoja ja rohkaisua mieluummin kuin epätoivoa, jämähtäneitä ajatusmalleja tai kehotuksia takertua haitallisiin objekteihin.

Samastumisen ajatus näkyy myös konkreettisesti aineistoni teksteissä.

23. *Alan lukea netistä **nuorten anorektikkojen** kirjoituksia. Niitä on paljon, varsinkin kun muistaa, että tautia esiintyy vain noin prosentilla väestöstä (luku tosin vaihtelee yhden ja viiden prosentin välillä taudin asteen mukaan).* (Kuukausiliite 4/2012)

24. *Vieressäni istuu **toinenkin orpo**. Hän on kolmekymppinen nainen, joka tutkii keskittyneesti kalenteria kännykästään ja huokuu epävarmuutta kuin teepannu vesihöyryä.* (Olivia 9/2012)

Vaikka kirjoittaja kirjoittaa omasta näkökulmastaan ja kertoen itsestään, teksti muuttuu aina jossakin kohtaa yleisemmäksi ja vertailukohtia hakevaksi. Tarjotaan tilastoja, esimerkkejä ja asiantuntijoiden näkemyksiä, joilla tuodaan esiin, ettei kirjoittajan kokemus tai tarina ole ainutkertainen. Moni lukijoista on kokenut saman.

Samastumisen ajatus on mielenkiintoinen Koivusen (2008) referoiman affektikritiikin valossa. Tunteiden tutkimista on pidetty ongelmallisena muun muassa siksi, että tunteita pidetään usein yksilöllisinä ja siksi yleistämisen tai laajemman tutkimuksen näkökulmasta epäkiinnostavina. (Koivunen 2008, 18) Oma aineistoni viestii päinvastaista. Samastumisen kokemus syntyy juuri kuvauksen omakohtaisuudesta ja yksityiskohdista. Kirjoittaja pyrkii esittämään kokemuksensa niin todentuntuisesti ja tunteisiin vetoavasti, että saman kokenut tai kokematonkin lukija pystyy samastumaan hänen tunteisiinsa.

Median herättämät tunne-elämykset, kielteisetkin, voivat rikastuttaa lukijan elämää erityisesti siksi, etteivät ne uhkaa arjen tasapainoa samalla tavalla kuin henkilökohtaisen vuorovaikutuksen aikaansaamat tunteet. Median luomat tunteet ovat ikään kuin ennustettavia

ja kontrolloitavissa. (Pantti 2009, 196.) Niitä voi tarkastella ulkopuolelta turvallisen välimatkan päästä. Omakohtainen kertomus päästää lähelle ja samastumaan, mutta siihen saa tarvittaessa myös etäisyyttä yhtä nopeasti.

Samastumisessa on kyse myös ja usein ennen kaikkea omien tunteiden käsittelystä. Omien tunteiden pohtiminen voi siis olla yksi syy tunteita herättävien kulttuurituotteiden kiinnostavuuteen. Esimerkiksi elokuvalliset tunteet voivat olla Carl Plantingan (2009) mukaan joko miellyttäviä sinänsä tai johtaa miellyttäviin metatunteisiin tai sosiaaliseen kommunikaatioon. Metatunteet eivät kohdistu elokuvan henkilöihin vaan esimerkiksi katsojan omiin reaktioihin. Kokemus saattaa tuoda pintaan omia aiempia tunteita. (Plantinga 2009, 73; Hiltunen 2010, 76.) Lukija saattaa siis peilata tekstin kautta omaa menneisyyttään ja löytää sieltä yhtäläisyyksiä, vaikei täsmälleen samaan olisi itse kokenutkaan. Lukija ei välttämättä tunne esimerkiksi empatiaa tekstin kirjoittajaa kohtaan vaan voi samastua tekstiin ja tuntea empatiaa itseään tai esimerkiksi vastaavaa kokenutta läheistään kohtaan.

Tekstien omakohtaisuus voi kummuta myös selkeästä halusta tai tarpeesta lähestyä aihetta juuri tietyn ihmisen, tässä tapauksessa kirjoittajan, näkökulmasta. Journalistin perinteisin tiedonhankintakeino on haastattelu, ja aineistoni tekstit poikkeavat useimmista lehtijutuista juuri siinä, että haastattelut ovat niissä joko sivuosassa tai niitä ei ole ollenkaan. Kaikki ulkopuolisten äänet eivät ole perinteisen haastattelun tulosta. Osa mielipiteistä on poimittu kirjoista ja osa läheisten tai tuttavien kanssa käydyistä keskusteluista. Kirjoittaja on siis itse itsensä tärkein lähde.

Journalistin ohjeissa todetaan, että erityisen arkaluontoisia yksityiselämän piiriin kuuluvia asioita voi julkaista vain asianomaisen luvalla tai jos niillä on poikkeuksellista yhteiskunnallista merkitystä. (Journalistin ohjeet 2011; myös Juntunen & Väliaverronen 2009, 268.) Kun toimittaja kirjoittaa omasta elämästään, hän voi itse määritellä yksityisyytensä rajan. Hän voi halutessaan paljastaa enemmän kuin mahdollinen haastateltava paljastaisi. Eifiktio kirjoittajan pääsy jonkin henkilön henkilökohtaisiin tunteisiin ja ajatuksiin voi olla monimutkaista, toisin kuin fiktion, jonka kirjoittaja voi kuvitella henkilön ajatusmaailman. (Lehtimäki 2007, 243.) Omakohtaisen aikakauslehtijutun kirjoittaja on siis erityisessä asemassa myös siksi, että hän on itse tarinansa paras lähde. Journalismin kertoja, kaunokirjallisenkaan journalismin, kun ei voi päästä toisen ihmisen päälle sisään. Minäkertoja voi kuitenkin kertoa omista sisäisistä tapahtumistaan. (Lassila-Merisalo 2009, 25.)

Omakohhtaisen tunnustamisen syy voi siis olla sama kuin minkä tahansa muun jutun lähteiden valinnan: se puhuu, jonka oletetaan tietävän parhaiten.

Omakohhtaisen lähestymistavan taustalla voi olla myös työelämän ja työtapojen muutos tai brändäytymisen nousu osaksi ammatti-identiteettiä. Omasta elämästä ja itsestä kirjoittaminen voi olla osa oman toimittajabrändin ja imagon rakentamista. Omakohtaisen jutun kirjoittaminen tuo kirjoittajan tavallista objektiivisuuteen pyrkivää juttua lähemmäs lukijaa, jolloin kirjoittajan nimi painuu varmemmin mieleen. Omakohtaisuus kertoo myös kirjoittajan rohkeudesta lähestyä henkilökohtaista, usein arkaakin aihetta.

Muuttuneessa ja muuttuvassa työelämässä työntekijä voi kehittää ammatillisen henkilöbrändin, jonka luotettavuuden ja vaikuttavuuden perustana on asiantuntemus, kokemus ja työ. Työ on myös tehtävä näkyväksi, esimerkiksi juuri artikkeleita kirjoittamalla. Verkkoviestinnän kontekstissa henkilöbrändi muodostuu esimerkiksi olemuksen, läsnäolon, toiminnan ja kanavavalintojen perusteella. (Aalto & Uusisaari 2010, 35.) Aikakauslehteen kirjoittavan toimittajan henkilöbrändiin voi kuulua työn ja kokemuksen ohella myös henkilökohtaisia intressejä, elämäkokemusta ja luonnetta kuvaavia piirteitä. Myös luottamuksen herättäminen on olennaista henkilöbrändille. (Mts. 36.)

Työelämän ja työn luonteen lisäksi murroksessa on myös ammatti-identiteetti. Journalismin siirtyminen verkkoon mahdollistaa muidenkin kuin toimittajien puheenvuorot ja tämä edellyttää toimittajilta kykyä erottua – verkossa oman nimen lisäksi myös kuvalla. Toimittajat voidaan jakaa karkeasti kahteen ääripäähän: tähtitoimittajiin vahvalla henkilöbrändillä ja rivitoimittajiin, jotka haluavat nimenomaan häivyttää oman roolinsa taustalle. (Aalto & Uusisaari 2010, 50–52.) Omasta elämästä ja omista ongelmista kirjoittaminen rakentaa brändiä esimerkiksi siksi, että omakohtainen teksti paljastaa kirjoittajastaan enemmän kuin perinteiset objektiivisesta näkökulmasta rakennetut jutut. Omakohtainen teksti saattaa myös yhdistyä kirjoittajaansa ja jäädä mieleen helpommin kuin objektiivisesta näkökulmasta kirjoitettu.

Totesin jo aiemmin, että toimittaja Antti Isokangas ja viestintäkonsultti Riku Vassinen erottavat ammatillisen brändin ja henkilöbrändin toisistaan. Ammatillinen brändi mittaa työntekijän arvoa työmarkkinoilla ja persoonabrändi kuvastaa häntä ihmisenä ja vapaa-ajallaan. (Isokangas & Vassinen 2010, 35, 40.) Omassa aineistossani ammatillista brändiä ja persoonabrändiä ei voi erottaa selkeästi toisistaan. Kirjoittaja rakentaa ammatillista kuvaansa ja osaamistaan kirjoittamalla journalistisen tekstin aikakauslehteen. Tekstin sisältö

käsittelee kuitenkin kirjoittajan henkilökohtaista elämää ja sitä, millainen ihminen hän on. Se rakentaa myös kirjoittajan persoonabrändiä. Uskon, että aineistoni tekstien vahvuus nimenomaan brändin rakentamisessa on juuri tämä päällekkäisyys: ne todistavat, että kirjoittaja on sekä taitava ammattilainen että samastuttava tai kiinnostava persoona.

Aineistoni tekstit ammentavat paljon psykokulttuurin vahvistamasta vatvomisen perinteestä, jossa kyseenalaistetaan ”normaali” ja ”keskimääräinen” ja uskotaan koko yhteiskunnan olevan terapian tarpeessa. (Hamilo 2007, 12.) Henkilökohtaiset, itsetutkiskeluun tähtäävät puheenvuorot ammentavat menneistä kokemuksista, pohtivat niiden vaikutuksia sekä nykyhetkeä ja tulevaa. Mervi Juusolan tunnelukkoja analysoiva teksti (*Olivia* 9/2012) on kuvaava esimerkki psykokulttuurille ominaisesta psykologiasta tuttujen termien täyttämästä puheesta.

Uskon, että psykokulttuurille tyypillinen terapeutin näkökulma ihmisen kokemukseen on myös yksi aineistoni kirjoittajien motiiveista. Muutoshalu on rakennettu paitsi tekstiin myös kirjoittajan ajatuksiin. Henkilökohtaisten kokemusten puiminen voi olla kirjoittajille myös terapiaa, asian käsittelyä, joka auttaa paitsi samastuvaa lukijaa myös kirjoittajaa itseään. Teksti voi siis toimia ikään kuin julkisena päiväkirjana. Aineistoni tekstit eroavat omaelämäkerrallisen kirjoittamisen tyyppiesimerkeistä, eli päiväkirjoista, kuitenkin esimerkiksi siinä, että niissä on ennalta määrätty, rajallinen rakenne. Päiväkirjaa ei ajatella valmiina tekstinä, vaan se suuntautuu aina tulevaisuuteen. Päiväkirja on jatkuva prosessi ja, kuten elämäkin, aina kesken. (Sääskilahti 2011, 191.)

Tekstiin rakennetun muutoshalun taustalla voi siis olla aitoa, elämässä tapahtuvaa muutoshalua. ”Aidon” ja tekstiin rakennetun muutoshalun erottaminen on aineistoni tapauksessa hieman hankalaa, koska kirjoittajat kirjoittavat omalla nimellään ja omasta elämästään. Esimerkiksi lyriikan tutkimuksessa kirjoittajan ja tekstin minuuden, lyyrisen minän, erottaminen on perustellumpaa. Lyyrinen minä on oma minuutensa, eikä automaattisesti viittaa tekstin kirjoittajaan. Lyyrinen minuus on yhteisöllinen ja kollektiivinen minuus, joka tarjoaa samastumispintaa, mahdollisuuden asettua laulun tai runon tarjoamaan asemaan tai tilanteeseen. (Laukkanen 2011, 56.) Myös aineistoni minuudet tarjoavat samastumisen mahdollisuuden, mutta eri tavoin. Niissä tekstin minuutta ja kirjoittajaa ei voida yhtä perustellusti erottaa toisistaan, koska totuuteen pyrkiminen on yksi journalismin perusajatuksista. Jos kirjoittaja kirjoittaa omalla nimellään itsestään ja elämästään, voidaan olettaa, että hän puhuu totta.

Vaikka tekstin minuuden ja kirjoittajan minuuden erottaminen ei ole yksioikoista, analysoin aineistoni tekstejä ennen kaikkea teksteinä ja muutoshalua ja julmaa optimismia teksteihin kirjoitettuina ilmiöinä. En voi aineistostani käsin ottaa lopulta kantaa muutoksen ”todellisuuteen” tai siihen, onko se tapahtunut tekstin lisäksi myös kirjoittajan omassa elämässä tai kuinka iso osa muutoksesta on vain kirjallisesti rakennettua ja kuinka iso osa ”todellista”.

Muutos on tietenkin mahdollista rakentaa näennäisesti suuremmaksi ja merkittävämmäksi kuin se todella on. Television kodinmuutosohjelmien osallistajat haluavat osallistua televisio-ohjelmaan ja muokata kodeistaan persoonallisempia ja yksilöllisempiä. Ennen muutosta osallistujista luodaan kuvaa arkisina ja tavallisina tyypeinä, joiden elämäntyylissä ei ole mitään erityistä. Osallistujia pyritään aktiivisesti esittämään tavallisuuden kehyksessä. (Soronen 2011, 14.) Tavallisten ihmisten ja asiantuntijoiden välille rakennetun henkisen välimatkan avulla muutoksesta siis muovataan suurempaa ja merkityksellisempää. Muutos on henkinen prosessi ja kamppailu menneen ja tulevan välillä tapahtuu pääosin ajatuksissa ja mielikuvissa. Samaa muutoksen dramatisointia voi lukea myös aineistoni teksteistä, jos esimerkiksi julman optimismin ja muutoshalun piirteet tutkitaan ennen kaikkea draaman rakennuksen välineiksi.

Soronen liittää muutosohjelmien suosion nykyisen media- ja kulutuskulttuurin itsekäsitykseen, jota määrittää niin valintojen tekeminen ja kyvykkyys itsen kohentamiseen kuin vastuullisuus ja hallinta (Soronen 2011, 239). Kuten luvussa 5.4. totesin, ulkopuolisilla auktoriteeteilla on roolinsa muutoshalun ilmenemisessä. Tekstin minä tukeutuu usein muihin tai vahvistaa päätöstään muiden mielipiteillä mutta on lopulta itse vastuussa päätöksestään. Aineistoni tekstit huipentuvat suuren muutoksen toteutumiseen ja luovat kuvan kykenevästä, vahvasta ja eheästä tai ainakin eheytyvästä minuudesta, joka pystyy muuttamaan itseään tai elämänsä, jos vain haluaa. Vahvuuden fantasiaa ei kuitenkaan esitetä epärealistisena vaan esiin tuodaan myös epäonnistumisia, heikkoja hetkiä ja muistoja ongelmallisesta menneestä.

Muutoshalulla on siis yhteys kulttuurimme pärjäämisen normeihin ja vaatimuksiin itsensä kehittämisestä ja ymmärtämisestä. Jokainen on lopulta itse vastuussa elämästään ja onnellisuudestaan ja muutokset ennen kaikkea henkisiä – liikeyksiköitä ajatuksissa ja asenteissa. Minuus nähdään helposti jatkuvana projektina, jota määrittävät paitsi oma onnellisuus myös kulttuuriset ja sosiaaliset normit.

6. PÄÄTELMIÄ JA TARKASTELUA: ITSETUTKISKELU AIKAMME KUVANA

Kokoan tässä luvussa yhteen analyysini tulokset ja pohdin, mitä omakohtaisen ja muutoshakuisen journalismin ilmiö kertoo ajastamme. Asetin analyysilleni edellä kolme tutkimuskysymystä: yhden pääkysymyksen ja kaksi tärkeää alakysymystä. Ensin kysyin, miten omaelämäkerrallisessa aikakauslehtitekstissä tuotetaan muutoshalua. Tätä kysymystä käsitteelin analyysiluvuissani avaamalla aineistoni tekstien rakenteita, journalistisia keinoja ja kerronnassa ääneen pääseviä tahoja ja vaikuttajia. Muutoshalun tuottamisen keinojen lisäksi pohdin, millaisia motiiveja omasta elämästä kirjoittamisen ja muutoshalun taustalla on. Kokoan päätelmäni yhteen luvussa 6.1. Viimeisen tutkimuskysymykseni eli sen, mitä ilmiö kertoo ajastamme, vastausta hahmottelen tämän luvun toisessa osassa.

6.1. PÄÄTELMÄT: KAUNISTELUA JA OPTIMISMIA ITSETUNTEMUKSEN TIELLÄ

Olen kuvannut tutkimuksessani muutoshalun rakentumista tunnistavissa aikakauslehtiartikkeleissa, joiden kirjoittajat käsittelevät teksteissä omakohtaisesti yksityiselämänsä ongelmia. Valitsin aineistokseni kuusi ilmiötä mahdollisimman kattavasti kuvaavaa aikakauslehtitekstiä ja käytin metodinani aineiston lähilukua muutoshalun ja julman optimismin käsitteiden kautta. Muutoshalun käsitteellä kuvasin teksteihin rakentuvaa ongelman ja ratkaisun tematiikkaa ja siirtymää menneestä tulevaan. Julman optimismin käsitteellä kuvasin muutoshalua jarruttavaa ongelman kaunistelua ja takertumista menneeseen ja usein haitalliseen.

Tekstit rakentavat muutoshalua lukuisin journalistisin keinoin. Tekstejä yhdistää ongelman ja ratkaisun tematiikka, jota luodaan monin rakenteellisin keinoin. Muutoshalua rakennetaan kirjoittamalla teksteihin menneisyydestä selityksiä etsiviä takaumia, perspektiiviä luovia ulkopuolisten auktoriteettien, kuten tilastojen, läheisten tai asiantuntijoiden, mielipiteitä sekä käännekohtia, joissa jonkinlainen muutoshalu konkretisoituu – joko julmaa tai aitoa optimismia tukevana päätöksenä tai haluna. Käännekohtissa joko konkreettinen asia tai kirjoittajan asenne muuttuu.

Teksteihin rakentuva muutoshalu on moniulotteista, ja teksteistä on luettavissa useita siihen vaikuttavia tekijöitä. Tulkiten julman optimismin sekä muutoshalua jarruttavaksi että edistäväksi ajatusmalliksi. Tekstin piirteenä pidän julmaa optimismia muutoshalun jarruttajana: luen sitä ennen kaikkea kohdista, joissa kirjoittaja takertuu ongelmaan ja kaunistelee sitä hidastaen näin muutoksen tapahtumista. Yleisemmän tason ilmiönä julman optimismin voi nähdä nimenomaan uuden minuuden ja hyvän elämän fantasioita luovana, muutoshalua edistävänä tekijänä.

Kaikista aineistoni teksteistä löytyi yksi suuri muutos, ratkaisu ongelmaan, jota juttu käsittelee. Ratkaisu ei kuitenkaan ole aina yksioikoinen vaan ennemminkin lopputulos, johon epäröinnin jälkeen päästään. Muutos saattaa olla hyvin konkreettinen, kuten anoreksiasta parantuminen, ja tapahtunut jo ennen tekstin kirjoittamista. Osa muutoksista taas näyttää rakentuvan samaa tahtia tekstin kanssa ja ilmenevän nimenomaan muutoshaluna tai asennemuutoksena konkreettisen ratkaisun tai tapahtuman sijaan. Tällöin myös omakohtaisen tekstin kirjoittamisen motiivi saattaa olla erilainen. Jos muutos on tapahtunut jo ennen tekstin kirjoittamista, kirjoittaja voi motivoitua esimerkiksi kokemuksen samastuttavuudesta tai oman kirjoittajabrändin rakentamisesta. Jos muutosta rakennetaan tekstin mittaen, journalistinen teksti voi motivoitua myös siitä, että sen kirjoittaminen auttaa kirjoittajaansa muuttumaan tai ainakin haluamaan muutosta.

Aineistostani nousi esiin kahdenlaista optimismia. Julma optimismi pitää kiinni menneestä ja ongelmallisesta ja aito optimismi kurkottaa kohti jotakin muuta, suurta muutosta, joka ratkaisee, ainakin näennäisesti, teksteihin rakennetun ongelman. Teksteihin rakennettu ongelman kaunistelu, jota julman optimismin käsitteellä ennen kaikkea tarkastelen, on paitsi inhimillistä myös journalistinen kerronnan keino. Teksti tarvitsee käännekohtia ja takapakkeja säilyttääkseen kiinnostavuutensa. Tulkitin suuren muutoksen tavoittelun aidoksi optimismiksi, koska se tukee kirjoittajan pyrkimystä ”aitoon” onnellisuuteen. Tulkinta ei ole kuitenkaan yksioikoinen ja sitä sävyttävät aina myös yhteiskunnan normit, arvot, kauneusihanteet ja hyvän elämän yleisesti hyväksytyt edellytykset. Aidonkin optimismin voidaan siis katsoa ponnistavan kohti samaa päämäärää kuin julman: hyvää elämää, jonka määrittelyyn osallistuvat aina myös kulttuuriset ja sosiaaliset normit eli muutkin kuin minä itse. Julma ja aito optimismi eroavat ennen kaikkea luonteeltaan. Julma optimismi perustuu illuusioihin ja tähtää hyvään elämään usein kyseenalaisin keinoin. Aito optimismi tähtää terveemmistä lähtökohdista rakentuvaan

onnellisuuteen mutta voi olla näennäistä, jos onnellisuuden määrittelee yhteiskunta tai kulttuuri.

Lähdin tutkimaan aineistoni tekstejä kirjoittajan näkökulmasta rakennettuina minämuotoisina monologeina, joiden oleellisin ääni kuuluu kirjoittajalle. Teksteistä nousi silti esiin muitakin ääniä, läheisten tai ulkopuolisten auktoriteettien. Tulkitsin, että ulkopuoliset asettuvat usein puolustamaan joko julmaa tai aitoa optimismia, eli ottavat kantaa ja esittävät mielipiteensä ongelmasta. Mielipiteet voivat olla myös kirjoittajan oletuksia muiden ajatuksista. Tällöin muut tuodaan perspektiiviksi mukaan, mutta he eivät pääse varsinaisesti itse ääneen. Ulkopuolisten auktoriteettien kannat sekä vaikuttavat kirjoittajaan ja tämän päätöksiin että tuovat perspektiiviä. Teksteissä esiintyvät tilastot ja tutkimukset osoittavat, että kirjoittaja ei ole ongelmansa kanssa yksin. Ulkopuolisten mielipiteet myös ikään kuin tekevät ongelmasta todellisen: se ei ole vain kirjoittajan omaa pohdintaa.

Luin teksteistä julman optimismin illuusion lisäksi muitakin illuusioita, sosiaalisia ja kulttuurisia normeja ja ajatusmalleja. Tekstit kytkeytyvät siis vahvasti yhteiskuntaan ja kulttuuriin, vaikka näennäisesti rakentuvatkin yhden ihmisen omakohtaisen näkökulman varaan. Kulttuuriset normit vaikuttavat ennen kaikkea ajatukseen siitä, mitä tavoiteltava hyvä elämä on ja millaisin keinoin onni saavutetaan. Aineistoni perusteella hyvä elämä edellyttää ainakin tietynlaista sosiaalisuutta, henkistä ja fyysistä hyvinvointia ja kauneutta sekä tasapainoista parisuhdetta tai kykyä ja vahvuutta lähteä muunlaisesta.

Tunnustamisen tapakin kertoo ajan hengestä: sekä toimittajan työn että median muutoksesta. Uskon, että omaelämäkerrallisella tunnustamisella on yhteys kulttuuriin laajemminkin: psyko- tai terapiakulttuurin käänteeseen, television muutosohjelmien minäkuvaan ja normeihin sekä tosi-tv:n toiseen aaltoon ja tavallisten ihmisten tavallisen elämän kiinnostavuuden kasvuun (esimerkkinä *Iholla*-sarjan kaltainen tosi-tv). Kodinmuutosohjelmia tutkinut Soronen puhuu tavallisuuden vaikutelman luomisesta eli siitä, että tavallisuus on rooli, johon ohjelmien osallistujat konseptin takia istutetaan (Soronen 2011, 234–235). Tämä on paradoksaalista, sillä muutosohjelmissa tavoitellaan samaan aikaan yksilöllisyyttä. Voidaankin puhua omannäköisyyden paradoksista: uusi omannäköinen tyyli muistuttaa usein hyvin vahvasti yleisesti hyväksyttyjä normeja. (Paasonen 2007, 64–65.) Saman ilmiön voi lukea aineistostani. Yhteiskunnan kulttuuriset ja sosiaaliset normit näkyvät teksteissä, muokkaavat muutoshalua ja asettavat sen kontekstiin. Omannäköisyyden paradoksi ja aineistostani kumpuava kulttuuristen normien värittämä ”aitous” ammentavat

terapiakulttuurin ajatuksista: ratkaisua etsitään itsestä ja omista tunteista. Giddensin ajatuksissakin modernin minän ongelmanratkaisussa keskeistä on itsensä löytäminen, toteuttaminen ja ymmärtäminen (Kortteinen 2000, 37; Giddens 1995, 12, 14, 79).

Pohdin analyysini lopuksi syitä muutoshalun ja julman optimismin piirteiden ja omakohtaisen tunnustamisen takana. Liitin muutoshalun ja julman optimismin piirteet sekä kirjoittajan oikeaan elämään ja sen ongelmiin, ratkaisuihin ja heilahduksiin muutoksen tiellä että aikakauslehtijuttuihin journalistisina teksteinä. Muutoshalun piirteet paitsi toimivat inhimillisyyden osoituksina myös koukuttavat lukijan ja luovat teksteihin draamaa ja jännitystä. Ongelman ja ratkaisun tematiikka liittyy paitsi aikakauslehden usein neuvovaan luonteeseen ja funktioon myös kulttuurin ja ajan itsetutkiskelun ja pärjäämisen ajatukseen sekä terapiakulttuurin lietsomaan vatvomisen perinteeseen. Pohdin teksteihin kytkeytyviä ilmiöitä ja sitä, mitä omakohtainen kirjoittaminen kertoo ajastamme, vielä luvussa 6.2.

Tulkitsin omasta elämästä kirjoittamisen ja avautumisen tärkeimmäksi, joskaan ei ainoaksi, syyksi samastumisen. Television muutosohjelmissa tavallisuudella voidaan tavoitella samastumispintaa katsojille. (Soronen 2011, 235.) Tulkitsin, että samastuminen on yksi keskeisimmistä syistä myös oman aineistoni omakohtaisen tunnustamisen takana. Omakohtainen kokemuksen kuvaus kurkistaa usein syvemmälle kuin toisen ihmisen haastattelu. Toisaalta toimittaja on viestinnän ammattilainen, joka osaa tarvittaessa myös määrittää yksityisyytensä rajat ja jättää paljastamatta asioita, jotka koettaisi haastattelijan roolissa nimenomaan saada haastateltavan sanomaan. Omakohtaisuus on siis tietoinen valinta ja esittelee ilmiön tietystä, rajatusta mutta usein paljastavasta ja persoonallisesta perspektiivistä. Omakohtainen kerronta voi myös luoda illuusion, jossa paljastetaan ikään kuin enemmän kuin todellisuudessa. Toimittajan avautuminen voi näyttäytyä lukijalle rohkeana tekona, jolloin lukijan ensimmäinen ajatus tuskin on se, mitä on jätetty kertomatta. Jallinojan mukaan (2010, 175) yksityisen ja julkisen erottelussa on pohjimmiltaan kyse siitä, mitä kaikkea olemme ”tottuneet tietämään toisista ihmisistä ja halunneet kertoa itsestämme”.

Samastumisen lisäksi omakohtaisella avautumisella voi olla terapeuttilinen vaikutus kirjoittajaan itseensä. Se voi toimia peilinä ja perspektiivinä omille kokemuksille ja tunteille, ja sen taustalla voi olla aitoa tekstin ulkopuolisessakin elämässä toteutuvaa muutoshalua. Omasta elämästä ja kokemuksista kirjoittaminen voi olla toimittajalle myös keino rakentaa brändiä ja kytköksissä työelämän muutokseen ja ajatukseen jatkuvasta itsensä tunnetuksi tekemisestä ja markkinoinnista. On puhuttu jopa ”emotionaalisesta kapitalismista”.

Kirjoittajat voivat kokea selkeää painetta tuoda omakohtaisuutta ja omien kokemusten kautta avautuvia tunteita yhä vahvemmin osaksi kirjoittamiaan juttuja. Toimittaja Saska Saarikoski toteaaakin *Suomen Lehdissä* (3/2013), että on ”hullunrohkeaa tähdätä anonymiksi rattaaksi median koneistossa”. Saarikosken mielestä toimittajalla on hyvä olla jotakin, joka ”tekee hänestä erityisen”. Persoonat kiinnostavat sosiaalisessa mediassa instituutioita enemmän. Kaikkien toimittajien ei silti tarvitse rakentaa brändiään juuri persoonansa tai omaa elämäänsä koskevien paljastusten varaan. Erityisyys voi olla myös osaamista. (Virranta 2013, 4.) Oman aineistoni teksteissä kirjoittajien persoonat ja osaaminen limittyvät toisiinsa: kirjoittajat näyttävät teksteillään sekä ammattitaitonsa journalistisen tekstin tuottajina että palan persoonastaan ja inhimillisyydestään.

6.2. TARKASTELU: MITÄ OMAELÄMÄKERRALLISUUS JA MUUTOSHALU KERTOVAT AJASTAMME?

Omasta elämästä kirjoittaminen kertoo paitsi yksittäisten kirjoittajien motiiveista ja ajatuksista myös ajastamme. Henkilökohtaisen näkökulman ottaminen ei enää yllätä kirjoittaja tai tekstin lukijaa. Jakaminen ja tunnustaminen ovat tulleet uudelleen tutuksi osaksi arkeamme muun muassa tosi-tv:n ja blogikulttuurin (esim. Noppari & Hautakangas 2012; Heinonen & Domingo 2009) luomien julkisuuksien myötä.

Pohdin tutkimuskysymystäni kolmella toisiinsa kytkeytyvällä tasolla. Kytkin aineistoni tekstit terapiakulttuuriseen käänteeseen sekä tarkastelin tekstejä journalistisina tuotoksina. Kolmantena ulottuvuutena analysoin tekstien omakohtaisuutta ja kirjoittajan läsnäoloa. Nämä tasot limittyvät jatkuvasti, ja niitä on mahdotonta erottaa täysin toisistaan. Esimerkiksi subjektiivisuus toimii yhtenä tekstien journalistisista keinoista, mutta se viedään täysin uudelle tasolle, kun minämuotoisuus syvenee omakohtaisuudeksi ja omaelämäkerrallisuudeksi.

Aineistoni tekstit eroavat esimerkiksi jutuista, joissa toimittaja kokeilee jotakin uutta ja kirjoittaa kokemuksestaan minämuotoisesti. Yhtäläisyyksiä löytyy, mutta motiivi on erilainen. Jutuissa, joissa toimittaja kokeilee jotakin (esimerkiksi uutta liikuntalajia, kauneushoitoa tai uskontoa), jonkin kokeileminen motivoituu journalistisesta tekstistä. Esimerkiksi toimittaja Lari Malmberg kokeili elää kuukauden muslimina ja kirjoitti

kuukaudesta jutun *Helsingin Sanomien Kuukausiliitteeseen* (2/2013). Malmberg siteeraa jutussa islamilaisen yhdyskunnan imaamille kirjoittamaansa sähköpostia: *Tarkoitukseni on lukea Koraani ja kirjoittaa lukuprosessista juttu. Siinä kerron Kuukausiliitteen lukijoille Koraanin sanomasta ja siitä, millaisia ajatuksia se minussa, kristityksi kastetussa toimittajassa, herättää. Ymmärräkseni uskontoa vielä paremmin, ajattelin elää lukuprosessin ajan tärkeimpien Koraanin antamien ohjeiden mukaan.* Kokeilua motivoi siis journalistinen teksti ja uskonnon herättämien ajatusten avaaminen lukijoille, ei se, että Malmbergin elämässä olisi ongelma, johon kokeilulla haettaisiin ratkaisua.

Oman aineistoni teksteissä muutoshalua motivoi ennen kaikkea kirjoittajan oma elämä. Hän haluaa ensisijaisesti muuttua itse ja kirjoittaa sen jälkeen artikkelin muutoksestaan. Ongelma on läsnä myös kirjoittajan omassa elämässä ja sen kitkeminen tai siinä onnistuminen motivoi kirjoittamaan aiheesta tekstin, johon muutkin voivat samastua. Kun toimittaja kokeilee esimerkiksi uutta harrastusta, taustalla on harvoin ongelmallinen tilanne, jossa uusi harrastus olisi ratkaisu kirjoittajan ongelmiin.

Aineistoni tekstit kytkeytyvät paitsi terapiakulttuuriseen käänteeseen myös muihin aikamme ilmiöihin ja mediakulttuurin muutoksiin. Nykyisessä mediaympäristössä ulkoisen pinnan heijastamat merkitykset ovat tulleet yhä keskeisemmäksi osaksi ihmisen identiteettiä. Kauneuskilpailuihin sisältyy implisiittinen oletus ulkoiseen täydellisyyteen kytkeytyvästä sisäisestä kauneudesta. Television kauneusleikkauksiin perustuvissa muutosohjelmissä tässä asetelmassa ei taas ole mitään implisiittistä. Kauneuden ja ulkoisen täydellisyyden kautta tavoitellaan esimerkiksi ihmissuhteissa menestymistä tai uralla etenemistä. (Banet-Weiser & Portwood-Stacer 2006, 268–269.) Ulkoinen tai materialistinen muutos liittyy siis usein johonkin henkiseen, sosiaaliseen tai kulttuuriseen muutokseen. Ulkoinen muutos liitetään hyvään elämään, koska sen kautta uskotaan saavutettavan muitakin hyvän elämän edellytyksiä, kuten onnellinen parisuhde tai nousujohteinen ura.

Kaikissa television muutosohjelmissä on pohjimmiltaan kyse paremmaksi ihmiseksi tai itseksi tulemisesta. Muutos tapahtuu tekemällä parempia hankintoja ja omaksumalla parempia elämäntapoja. Muodonmuutokseen tähtäävät tosi-tv-ohjelmat viestivät, että minkään, edes oman kehon, ei pitäisi olla sen tiellä, joksi haluaa tulla. (Banet-Weiser & Portwood-Stacer 2006, 269–270.) Erilaisia identiteettejä tyrkyttää myös markkinayhteiskunta. Yhteiskunta tarjoaa omiin tarpeisiinsa sopivia identiteettejä ja esittää vaatimuksiaan siitä, mitä ihmisten pitäisi olla. Tämän myötä ihmisiltä vaaditaan toistuvaa

muuttumista ja jatkuvaa identiteetin työstämistä. (Rautio 2006, 20.) Myös analysoimani tekstit toimivat sekä identiteetin työstämisen välineinä että muutoksen tapahtumakenttänä.

Identiteetin työstäminen ja tunteiden tunnistaminen ja hallitseminen kuuluvat oleellisesti terapiakulttuurin ydinajatukseseen. Jotkut tahot pitävät terapiakulttuurista käännettä positiivisena näkemyksenä, joka lupaa luoda valistuneemman yhteiskunnan. Ajatuksesta tukea tarvitsevista, tunteisiin pohjaaville vammoille alttiista ihmisistä on tullut maalaisjärkeä. (Furedi 2004, 195.) Tunteellisuuden mainostus ei välttämättä kuitenkaan johda siihen, että ihmisten tunteisiin suhtauduttaisiin suvaitsevaisesti. Terapiakulttuurinen käänne ei tässä mielessä eroakaan niin paljon esimerkiksi kulttuureista, joissa joitain tunteita juhlitaan ja jotkut leimataan. Terapiakulttuurille ominaista ei siis ole avoimuus kaikkia tunteita kohtaan vaan epätavallinen kiinnostus ihmisen sisäisen maailman hallitsemista kohtaan. (Mts. 197.) Furedin mielestä yksi terapiakulttuurin haitallisimmista ilmentymistä on uskomus siitä, että ihmisen tunteiden tila ei ole yksityisasia vaan perusteltu tema julkiselle huolelle (mts. 198). Terapiakulttuuri tekee yksilön henkilökohtaista ongelmista julkisen ja poliittisen keskustelun päähenkilöitä mutta määrää samaan aikaan, mitkä tunteista ovat hyviä ja hyväksytyjä (mts. 197). Aineistoni teksteissä on tavallaan kyse juuri tästä: ne nostavat yksilön tunteita ja kokemuksia julkiseen keskusteluun, mutta eivät silti suhtaudu asioihin neutraalisti, irrallaan kulttuurista ja sosiaalista normeista, jotka määrittelevät hyvää elämää, tavoittelemisen arvoisia asioita ja oikeita ja vääriä tapoja elää ja tuntea.

Teksteistä luettavalla muutoshalulla tavoitellaan siis hyvää elämää, johon kytkeytyy lukuisia kulttuurisia ja sosiaalisia normeja ja toiveita parisuhteesta, terveydestä, hyvinvoinnista ja onnellisuudesta. Näitä toiveita tavoitellaan joko suoraan tai välillisesti jonkin, usein näennäisesti, hyvinvointia edistävän objektin avulla. Aineistoni tekstit tukevat sekä tätä hyvän elämän haavetta että uskoa päättäväisyyteen, jota muutoshalu vaatii.

Koko hyvän elämän ajatus on eräänlaista yleisemmän tason julmaa optimismia. Julma optimismi ei ole vain aineistoni teksteihin rakennettuja yksittäisiä illuusioita vaan aikamme kuva: tarmokasta onnellisuuden tavoittelua, itsetutkiskelua ja -diagnosointia, tarrautumista ja muutoshalua – joskus kyseenalaisinkin keinoin. Hyvän elämän tavoittelu voi olla joko omaan onnellisuuteen pyrkimistä tai sosiaalisten ja kulttuuristen odotusten täyttämistä. Julmaa optimismia voivat siis motivoida omien tarpeiden ja tunteiden lisäksi myös muut, kuten konkreettiset ihmiset ja ennen kaikkea yhteiskunta lainalaisuuksineen ja odotuksineen. Motivaation lähteellä voi olla keskeinen rooli, sillä normien mukaisen hyvän

elämän tavoittelemisen tai saavuttamisen ei välttämättä tee onnelliseksi. Hyvän elämän tavoittelua voidaan siis pitää julman optimistisena silloin, kun se motivoituu ympäristön odotuksista, ja aidon optimistisena silloin, kun motivoijana on kirjoittajan oma onnellisuus ja sen tavoittelu. Kärjistetysti myös (tutkimukseni kontekstissa) aito optimismi voi olla julmaa, jos onnellisuuden määrittelee yhteiskunta eikä ihminen itse.

Aineistoni tekstien muutokset kytkeytyvät yksittäisiä muutoksia laajempaan muutosten ketjuun. Nykysosiologiassa ihmisen minuutta pidetään tavallisesti projektina, joka tavoittelee yksilöllisyyttä ja oman elämän tiedostavaa tarkkailua. (Saastamoinen 2006, 139–140.) Psykokulttuuriin taas liittyy olennaisesti ajatus lähtökohtaisesti ongelmaisesta ihmisestä. Aineistoni tekstit ovat osa tätä itsetietoisuuden ja tarkkailun ketjua, ja ongelman ja ratkaisun tematiikka toimii konkreettisena ongelmalähtöisyyden kuvana. Aineistoni yksilön parantamiseen keskittyvä ongelman ja ratkaisun rakenne kuvaa hyvin ajatusta paitsi ihmisen lähtökohtaisesta ongelmaisuudesta myös yksilökeskeisestä ongelmaratkaisusta, jolla koetaan terapiakulttuurissa usein ratkaista myös yhteiskunnan ongelmia. (Saastamoinen 2006, 140; Sumiala-Seppänen 2007, 177.)

Yksilön ongelmista heijastuvat yhteiskunnan ongelmat ja yksilön paineet hyvän elämän normien täyttämisestä kietoutuvat toisiinsa. Aineistoni tekstit ovat sekä minuuden projektiluonteen ilmentymiä että yksilölähtöistä ongelmanratkaisua ajavia kulttuurituotteita. Lisäksi ne voivat toimia terapiana kirjoittajalle itselleen, samastumispintana omassa elämässään hapuilevalle lukijalle sekä keinona rakentaa kirjoittajan toimittajabrändiä.

Koska aineistoni tekstit ovat journalistisia, aikakauslehdissä julkaistuja tuotoksia ja tutkielmani tiedotusopin pro gradu, aineistoni tekstejä on luettava ennen kaikkea journalistisen kulttuurin edustajina. Olen tarkastellut muutoshalua ja julmaa optimismia ensisijaisesti tekstin ominaisuuksina ja teksteihin rakennettuina affekteina. Liitän aineistoni muutoshalun moneen yleisemmän tason ja aikamme ilmiöön, mutta tutkimustulokseni voivat puhua vain tekstien puolesta. Voin vain pohtia toimittajien motiiveja tai ajatuksia tekstien rakentamisen takana. Tutkimukseen saisi toisenlaista syvyyttä haastatteleamalla tekstien kirjoittajia ja pohtimalla omakohtaisuutta, muutoshalua ja tunnustuksellisuutta tästä näkökulmasta. Olisi kiinnostavaa kuulla, millaisin motiivein toimittajat itsestään kirjoittavat. Ovatko he oma-aloitteisia tämän näkökulman valinnassa, vai tuleeeko ehdotus useimmiten toimitukselta? Miten toimittavat näkevät omakohtaisen näkökulman osana toimittajabrändin rakentamista? Missä kulkee yksityisen ja julkisen raja, ja mitä on haluttu jättää kertomatta?

Aikakauslehtitekstejä tarkasteltaessa on otettava huomioon myös niiden konteksti ja journalistinen luonne. Kilpailu lukijoiden mielenkiinnosta on saanut toimitukset kiinnittämään entistä enemmän huomiota näkökulmien lisäksi visuaalisuuteen ja tekstin kirjoittamisen tapoihin (Helle 2009, 109). Aikakauslehtitekstejä ei voi tarkastella ottamatta huomioon niihin kohdistuneita journalistisia vaatimuksia ja aikakauslehtien editointikulttuuria. Suunnitteleva ja editoiva työtapo edellyttää juttujen suunnittelua: etukäteen tehtyjä päätöksiä esimerkiksi juttutyypistä, jutun rakenteesta, tavoitteista, pituudesta, sävystä, kuvituksesta. (Töyry & Rätty & Kuisma 2009, 20.) Tekstiin on aina kajonnut joku muukin kuin toimittaja. Vaikka juttu olisi omakohtainen ja omaelämäkerrallinen kertomus, sen sävystä, sisällöstä tai rakenteesta on todennäköisesti keskusteltu jonkun, esimerkiksi toimituspäällikön, kanssa.

Tutkimustuloksiani ei voi yleistää laajemmin, sillä kuuden tekstin aineistoni on siihen liian suppea. Aineistoni tekstit kuvaavat kuitenkin hyvin omaelämäkerrallisen aikakauslehtikerronnan tapaa ja ilmiötä ja siihen kytkeytyvää muutoshalua. Tutkimukseni valottaa sitä, miten muutoshalu teksteihin rakentuu ja mitkä tekijät vaikuttavat sen toteutumiseen. Liitän tekstit tunnustuksellisuuden ja terapiakulttuurin perinteeseen ja pohdin, mitä muutoshalu ja henkilökohtaisista lähtökohdista kirjoittaminen kertovat ajastamme ja tekstien kirjoittajien motiiveista. Koska tarkastelin ainoastaan tekstejä, tutkimuksen paino oli muutoshalun rakentumisessa sen motiivien ja toimittajien kokemuksen sijaan.

Käytin tutkimusmetodinani käsitteellistämisen varaan rakentuvaa lähilukua. Käsitteiden (*muutoshalu* ja *julma optimismi*) kautta analysoiminen toimi tutkimuksessani hyvin, sillä käsitteet kuvasivat aineistoani osuvasti ja toivat tutkimukseeni liikkumavaraa. Uskon käsitteideni olevan myös haasteellisia: julman optimismin ajatus on laaja ja monimuotoinen, ja koin sen ymmärtämisen paikoin haasteelliseksi. Aidon optimismin käsite taas voi olla hankala lukijalle, koska sillä ei viitata yksiselitteiseen aitouteen vaan ennemmin illuusiottomuuteen. Koska halusin tarkastella nimenomaan muutoksen rakentumista, oli luonnollista lähestyä tekstejä muutokseen tarttuvien käsitteiden avulla. Muutoshalu kuvaa muutoksen tavoitteellista luonnetta ja sen vaiheiden rakentumista tekstiin ja julma optimismi muutoshalun toteutumiseen vaikuttavia tekijöitä. Julma optimismi toimii siis tutkimuksessani ikään kuin muutoshalun alakäsitteenä.

Olen tarkastellut tutkimuksessani sekä muutoshalun rakentumista että sen suhdetta omaelämäkerralliseen aikakauslehtikirjoittamiseen. Muutoshalu tuntuu jollain tapaa kuuluvan

omaelämäkerralliseen ilmaisuun tapaan. Päiväkirjoja ja omaelämäkerrallista aikaa tutkinut Nina Sääskilahti (2011) suhteuttaa omaelämäkerralliset tekstit Ricœurin käsitykseen muutoksen tilassa olevasta subjektista. Minä on sekä se, joka kertoo, että se, joka kerrotaan. Ricœurista tekstin tulkinta on myös subjektin itsetulkintaa, mahdollisuus ymmärtää itseään. Sekä tekstin tekijän että lukijan subjektiviteetit ovat jatkuvassa liikkeessä. Ricœurin teoriassa subjekti on muutoksen tilassa, koska se kykenee siihen. Omaelämäkerrallinen kirjoittaminen voidaan nähdä prosessina, joka mahdollistaa tämän muutoksen. Aiemmin kirjoitettu opettaa narratiivista minää toimimaan oman elämänsä kertojana sekä muokkaa tämän käsitystä itsestään. Omaelämäkerrallinen kirjoittaminen voi siis olla aktiivinen, identiteettiä muuttava teko. (Sääskilahti 2011, 80–81.) Aineistoni tekstit ovat osa tätä identiteettiä muokkaavaa omaelämäkerrallisuuden perinnettä. Ne sekä rakentavat kirjoittajansa kuvaa itsestään että laajentavat lukijan kuvaa maailmasta.

Ricœurin subjektikäsitelyssä subjektin ydin on nimenomaan sen muodostamisen prosessi, joka luo samaan aikaan sekä ratkaisun että ongelman (Sääskilahti 2011, 81). Psykokulttuurinen käännekin on nostanut mielenkiinnon kohteeksi nimenomaan vastoinikäymiset. Niistä on tullut ”hyväksyttävä ja jopa suotava puheenaihe”, koska ongelmistaan puhuvaa ihmistä pidetään uskottavana ja syvällisenä. (Ruoho & Saarenmaa 2011, 61.) Aineistoni teksteissä on kyse juuri tästä ongelman ja ratkaisun välillä tasapainoilusta ja minuuden ongelmaisesta luonteesta. Tekstit rakentuvat ongelman ja ratkaisun tematiikalle, jossa olennaisinta ei ehkä olekaan ratkaisu vaan matka, joka sitä kohti tehdään. Se ei ole yksinkertainen vaan täynnä hidasteita, jotka ovat sekä inhimillisiä samastumisen kohteita että journalistisia ratkaisuja – aivan samaan tapaan kuin kirjoittaja on sekä inhimillinen subjekti ja kokija että journalistinen toimija.

LÄHTEET:

AINEISTOLÄHTEET:

Hietamäki, Henna 2012: Ostopakko. *Trendi* 6/2012.

Juusola, Mervi 2012: Miten minusta tuli ulkopuolinen? *Olivia* 9/2012.

Korhonen, Riku 2012: Ja sitten lasku. *Image* 8/2012.

Leppä, Asta 2012: Nälkävuodet. *Helsingin Sanomien Kuukausiliite* 4/2012.

Suominen, Emma 2012: Vieras kehossani. *Trendi* 6/2012.

Valkama, Meri 2012: Luuletko, että hakattu nainen on tyhmä? *Olivia* 3/2012.

KIRJALLISUUSLÄHTEET:

Aalto, Tuija & Uusisaari, Marylka Yoe 2010: *Löydy – Brändää itsesi verkossa*. Helsinki: Avain.

Ahmed, Sara 2010: Happy Objects. Teoksessa Gregg, Melissa & Seigworth, Gregory J. (toim.): *The Affect Theory Reader* s. 29–51. Durham & London: Duke University Press.

Aslama, Minna & Pantti, Mervi 2007: Todellisuustelevisio, tunteet ja tunnustuspuhe. Teoksessa Kujansivu, Heikki & Saarenmaa, Laura (toim.): *Tunnustus ja todistus. Näkökulmia kahteen elämän esittämisen tapaan* s. 184–200. Helsinki: Gaudeamus.

Bal, Mieke 1994: Scared to Death. Teoksessa Mieke Bal & Inge E. Boer (toim.): *The Point of Theory. Practices of Cultural Analysis* s. 32–47. Amsterdam: Amsterdam University Press.

Berlant, Lauren 2011: *Cruel Optimism*. London: Duke University Press.

Dayan, Daniel 1998: Particularistic Media and Diasporic Communications. Teoksessa Liebes, Tamar & Curran, James (toim.): *Media, Ritual and Identity* s. 103–113. London & New York: Routledge.

Furedi, Frank 2004: *Therapy Culture. Cultivating vulnerability in an uncertain age*. London: Routledge.

Giddens, Anthony 1991: *Modernity and Self-Identity. Self and Society in the Late Modern Age*. Cambridge: Polity Press.

Giddens, Anthony 1995: Elämää jälkitraditionaalisessa yhteiskunnassa. Teoksessa Beck, Ulrich & Giddens, Anthony & Lash, Scott (toim.): *Nykyajan jäljillä. Refleksiivinen modernisaatio* s. 83–152. Tampere: Vastapaino.

Gillis, John R. 1997: *A World of Their Own Making: Myth, Ritual, and the Quest for Family Values*. Cambridge: Harvard University Press.

Hamilo, Marko 2007: Esipuhe – psykokulttuurista psykologiateollisuuteen. Teoksessa Hamilo, Marko (toim.): *Älkää säätäkö päätänne – häiriö on todellisuudessa. Suomalaisen psykokulttuurin kritiikki* s. 7–20. Helsinki: Ajatus Kirjat.

Heinonen, Ari & Domingo, David 2009: Blogit journalismin muutoksen merkinä. Teoksessa Väliverronen, Esa (toim.): *Journalismi murroksessa* s. 68–87. Helsinki: Gaudeamus.

Helle, Merja 2009: Journalistisen työn muutos. Teoksessa Väliverronen, Esa (toim.): *Journalismi murroksessa* s. 91–111. Helsinki: Gaudeamus.

Isokangas, Antti & Vassinen, Riku 2010: *Digitaalinen jalanjälki*. Helsinki: Talentum.

Itäpuisto, Maritta 2006: Kun välittäminen on sairautta. Teoksessa Rautio, Pertti & Saastamoinen, Mikko (toim.): *Minuus ja identiteetti* s. 123–137. Tampere: Tampereen yliopisto.

Jallinoja, Riitta 2000: Ylilatautunut yksityiselämä. Teoksessa Hoikkala, Tommi & Roos, J.P. (toim.): *2000-luvun elämä* s. 172–186. Helsinki: Gaudeamus.

Juntunen, Laura & Väliverronen, Esa 2009: Intiimin politiikka ja skandaalin yhteiskunnallinen merkitys. Teoksessa Väliverronen, Esa (toim.): *Journalismi murroksessa* s. 262–284. Helsinki: Gaudeamus.

Kivikuru, Ullamaija 1996: *Vieraita lehtiä. Aikakauslehti ajan ja paikan risteyksessä*. Helsinki: Helsinki University Press.

Kivivuori, Janne 1991: *Psykokulttuuri*. Helsinki: Hanki ja jää.

Kivivuori, Janne 2007: Psykokulttuuri ja freudilaisuus Suomessa. Teoksessa Hamilo, Marko (toim.): *Älkää säätäkö päätänne – häiriö on todellisuudessa. Suomalaisen psykokulttuurin kritiikki* s. 21–47. Helsinki: Ajatus Kirjat.

Koivisto, Päivi 2007: Tunnustaa ja valehdella. Tunnustamisen ongelmat *Ystävän muotokuvassa*. Teoksessa Kujansivu, Heikki & Saarenmaa, Laura (toim.): *Tunnustus ja todistus. Näkökulmia kahteen elämän esittämisen tapaan* s. 104–133. Helsinki: Gaudeamus.

Kortteinen, Matti 2000: Kohti 2000-luvun sosiaalitieteellistä ajattelua. Keskustelua Anthony Giddensin kanssa. Teoksessa Hoikkala, Tommi & Roos, J.P. (toim.): *2000-luvun elämä* s. 32–53. Helsinki: Gaudeamus.

Kujansivu, Heikki & Saarenmaa, Laura 2007: Tunnustus ja todistus omaelämäkerrallisen esittämisen muotoina. Teoksessa Kujansivu, Heikki & Saarenmaa, Laura (toim.): *Tunnustus ja todistus. Näkökulmia kahteen elämän esittämisen tapaan* s. 7–22. Helsinki: Gaudeamus.

Lassila-Merisalo, Maria 2009: *Faktan ja fiktion rajamailla: kaunokirjallisen journalismin poetiikka suomalaisissa aikakauslehdissä*. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Laukkanen, Emmi 2011: Pieni ja hento ote – siinä kaikki. Empatia Dave Lindholmin Pieni & hento ote ja Joo, joo, mä rakastan sua -kappaleissa. Teoksessa Herlin, Ilona & Laukkanen, Emmi & Mäkinen, Maria & Salminen, Jutta & Visapää, Laura (toim.): *Kieli ja empatia* s. 54–69. Helsinki: Helsingin yliopiston suomen kielen, suomalais-ugrilaisten ja pohjoismaisten kielten ja kirjallisuuksien laitos.

Leech, Geoffrey 1990: *Semantics: the Study of Meaning*. London: Penguin Books.

Lehtimäki, Markku 2002: Elämäkertamuodon itsereflektio: fiktiiviset ja visuaaliset keinot Edmund Morrisin Reagan-biografiassa Dutch. Teoksessa Lehtimäki, Markku (toim.): *Merkkejä ja symboleja. Esseitä kirjallisuudesta ja sen tutkimuksesta* s. 229–267. Tampere: Tampere University Press.

Lehtimäki, Markku 2007: Todistaja-kertoja kaunokirjallisessa journalismissa. Teoksessa Kujansivu, Heikki & Saarenmaa, Laura (toim.): *Tunnustus ja todistus. Näkökulmia kahteen elämän esittämisen tapaan* s. 240–257. Helsinki: Gaudeamus.

Makkonen-Craig, Henna 2006: Affekti ja lauserakenne. Kaunokirjallisten tekstien syntaktisia rakenteita. Teoksessa Kurhila, Mäntynen (toim.): *Tunnetta mukana. Kirjoituksia Jyrki Kalliokosken 50-vuotispäivän kunniaksi* s. 91–123. Helsingin yliopiston suomen kielen ja kotimaisen kirjallisuuden laitos.

Nissi, Emmi 2010: Täältä tulee tarina: Feature-journalismin jutturakenteet ja ilmaisukeinot kirjoitusoppaissa ja lehtijutuissa. Pro gradu -tutkielma. Tampereen yliopiston tiedotusopin laitos.

Noppari, Elina & Hautakangas, Mikko 2012: *Kovaa työtä olla minä: muotibloggaajat mediamarkkinoilla*. Tampere: Tampere University Press.

Pantti, Mervi 2009: Tunteellisempaa journalismia. Teoksessa Väliverronen, Esa (toim.): *Journalismi murroksessa* s. 193–206. Helsinki: Gaudeamus.

Partanen, Anu 2007: Totuuden tulkitsijat. Feature-kirjoittajat journalistisen totuuden jäljillä. Pro gradu -tutkielma. Tampereen yliopiston tiedotusopin laitos.

Pirinen, Elina 2003: Sydänverta painomusteessa: Subjektiivisuus aikakauslehtireportaasissa. Pro gradu -tutkielma. Tampereen yliopiston tiedotusopin laitos.

Pirskanen, Henna 2006: Ruumiillistuvat sukupuoli-identiteetit pelissä. Teoksessa Rautio, Pertti & Saastamoinen, Mikko (toim.): *Minuus ja identiteetti* s. 90–122. Tampere: Tampereen yliopisto.

Plantinga, Carl 2009: *Moving Viewers: American Film and the Spectator's Experience*. Berkeley: University of California Press.

Rahtu, Toini 2006a: Miksi Ninni on näkymätön? Teoksessa Kurhila, Mäntynen (toim.): *Tunnetta mukana. Kirjoituksia Jyrki Kalliokosken 50-vuotispäivän kunniaksi* s.186–204. Helsingin yliopiston suomen kielen ja kotimaisen kirjallisuuden laitos.

Rahtu, Toini 2006b: *Sekä että: ironia koherenssina ja inkoherenssina*. Helsinki: SKS.

Rautio, Pertti 2006: Historiallista johdattelua minä- ja identiteettitutkimukseen. Teoksessa Rautio, Pertti & Saastamoinen, Mikko (toim.): *Minuus ja identiteetti* s. 11–22. Tampere: Tampereen yliopisto.

Ruoho, Iris & Saarenmaa, Laura 2011: *Edunvalvonnasta elämänpolitiikkaan: naistenlehdet journalismina ja julkisuutena*. Tampere: Tampereen yliopisto, journalismin tutkimusyksikkö.

Saarenmaa, Laura 2010: *Intiimin äänet: Julkisuuskulttuurin muutos suomalaisissa ajanvietelehdissä 1961–1975*. Tampere: Tampereen yliopisto.

Saastamoinen, Mikko 2006: Yksilö, riskitietoisuus ja psykokulttuuri. Teoksessa Rautio, Pertti & Saastamoinen, Mikko (toim.): *Minuus ja identiteetti* s. 138–167. Tampere: Tampereen yliopisto.

Siivonen, Jonita 2006: Lohduttava ja piinaava naistenlehti. Teoksessa Mäkelä, Anna & Puustinen, Liina & Ruoho, Iris (toim.): *Sukupuolishow – Johdatus feministiseen mediatutkimukseen* s. 226–243. Helsinki: Gaudeamus.

Soronen, Anne 2011: *Tavallisuudesta tyylikkyyteen? Sukupuoli ja maku kodinmuutosohjelmissa*. Helsinki: Helsingin yliopisto.

Sumiala-Seppänen, Johanna 2007: Tunnustan, olen siis olemassa. Mediakulttuurin terapeutin eetos. Teoksessa Kujansivu, Heikki & Saarenmaa, Laura (toim.) 2007: *Tunnustus ja todistus. Näkökulmia kahteen elämän esittämisen tapaan* s.163–183. Helsinki: Gaudeamus.

Sääskilahti, Nina 2011: *Ajan partaalla. Omaelämäkerrallinen aika, päiväkirja ja muistin kulttuuri*. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Torkkola, Sinikka 2008: *Sairas juttu. Tutkimus terveysjournalismin teoriasta ja sanomalehden sairaalasta*. Tampere: Tampereen yliopisto.

Töry, Maija 2006: Käytösoppaasta naistenlehteen. Teoksessa Mäkelä, Anna & Puustinen, Liina & Ruoho, Iris (toim.): *Sukupuolishow – Johdatus feministiseen mediatutkimukseen* s. 207–225. Helsinki: Gaudeamus.

Töry, Maija 2009: Lukijalähtöisyys aikakauslehtijournalismissa. Teoksessa Väliaverronen, Esa (toim.): *Journalismi murroksessa* s. 129–149. Helsinki: Gaudeamus.

Töry, Maija & Rätty, Panu & Kuisma, Kristiina 2009: *Editointi aikakauslehdessä*. Helsinki: Taideteollisen korkeakoulun julkaisusarja B 89.

Visapää, Laura 2002: Finiittiverbittömien infinitiivikonstruktioiden affektisista käytöistä ja rakenteesta. Pro gradu -tutkielma. Helsingin yliopiston suomen kielen laitos.

Zimmermann, Patricia R. 1995: *Reel Families: A Social History of Amateur Film*. Bloomington: Indiana University Press.

LEHDET JA VERKKOJULKAISUT:

- Aslama, Minna 2002: Tosi-tv:n todellinen maailma. *Tiedotustutkimus* 25:1 s. 162–170.
- Banet-Weiser, Sarah & Portwood-Stacer, Laura 2006: ”I just want to be me again!” Beauty pageants, reality television and post-feminism. *Feminist Theory* 7:2 s. 255–272.
- Berlant, Lauren 2006: Cruel Optimism. *Differences: A Journal of Feminist Cultural Studies* 17.3 s. 20–36.
- Cronin, Anne M. 2005: Konsumerismin ”pakkoyksilöllisyys”: naiset, tahto ja mahdollisuus. *Lähikuva* 2/2005 s. 37–51.
- Hiltunen, Kaisa 2010: Myötätunnolla ja varovaisesti. Eettinen, sosiaalinen ja ruumiillinen näkökulma suruun elokuvassa *Eläville ja kuolleille*. *Media & Viestintä* 33:4 s. 60–78.
- Journalistin ohjeet 2011: <http://www.journalistiliitto.fi/pelisaannot/journalistinohteet/>
- Kivimäki, Sanna & Kolehmainen, Marjo & Sumiala, Johanna 2010: Tunteet ja tutkimus. *Media & Viestintä* 33:4 s. 2–6.
- Koivunen, Anu 2008: Affektin paluu? Tunneongelma suomalaisessa mediatutkimuksessa. *Tiedotustutkimus* 31:3 s. 5–24.
- Malmberg, Lari 2003: 30 päivää muslimina. *Helsingin Sanomien Kuukausiliite* 2/2013. Luettavissa: http://files.snstatic.fi/HS/2013/2/kkliite_muslimina/
- Nikunen, Kaarina 2010: Rakastamisen vaikeudesta: Internet, maahanmuuttokeskustelu ja tunteet. *Media & Viestintä* 33:4 s. 7–26.
- Paasonen, Susanna 2007: Tavikset tapetilla: elämäntyyli-muutosohjelmat ja omannäköisyyden paradoksi. *Lähikuva* 2/2007 s. 46–67.
- Puustinen, Liina 2010: Kuolenko minä seuraavaksi? Vihan ja pelon kierrätystä Kauhajoen koulusurmaajan kuvan vastaanotossa. *Media & Viestintä* 33:4 s. 43–59.
- Taylor, Lisa 2002: From Ways of Life to Lifestyle: The “Ordinari-ization” of British Gardening Lifestyle Television. *European Journal of Communication* 17:4 s. 479–493.
- Töyry, Maija 2002: Mitä puuttuu? Aikakauslehtien tutkimus on niukkaa. *Tiedotustutkimus* 4/2002 s. 61–66.
- Virrantä, Riikka 2013: Kilpailu kysyy persoonaa. *Suomen Lehdistö* 3/2013 s. 4–5.

VISK = Hakulinen, Auli & Vilkuna, Maria & Korhonen, Riitta & Koivisto, Vesa & Heinonen, Tarja Riitta & Alho, Irja 2004: *Iso suomen kielioppi*. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura. Verkkoversio, viitattu 13.3.2013. Saatavissa: <http://scripta.kotus.fi/visk>
URN:ISBN:978-952-5446-35-7

LIITTEET:

Leppä, Asta 2012: Nälkävuodet. *Helsingin Sanomien Kuukausiliite* 4/2012.

Valkama, Meri 2012: Luuletko, että hakattu nainen on tyhmä? *Olivia* 3/2012.

Juusola, Mervi 2012: Miten minusta tuli ulkopuolinen? *Olivia* 9/2012.

Korhonen, Riku 2012: Ja sitten lasku. *Image* 8/2012.

Suominen, Emma 2012: Vieras kehossani. *Trendi* 6/2012.

Hietämäki, Henna 2012: Ostopakko. *Trendi* 6/2012.

KUN TUOTA KLIMPPIA YRITTÄÄ SAADA ULOS SISUKSISTAAN, KASVOT REPEAVÄT PIENIIN VERENPURKAUMIIN, PETEKIOIHIN.

ASTA LEPPÄ kuvat ASTA LEPÄN KOTIALBUMI ja PETRI BLOMQVIST

NÄLKÄVUODET

Syksyllä 1986 toisen vuoden opiskelija Asta Leppä aloitti laihdutuskuurin.

Sillä dieetillä on lääketieteellinen nimikin: F50.1. Anorexia nervosa.

On kirpeä tiistainen talvi-ilta Helsingin Ruskeasuolla vuonna 1996, kun himo iskee minuun kuin heroini. Minun tuuriani: kello on kohta yksitoista, ja kaupat ovat jo kiinni. Onneksi Teboil on auki. Heitän nopeasti maihinnoisutakin ylle ja hölkkään pitkin Koroistentietä. Hengitykseni huuruaa. Tie on jäinen ja autio, kerrostalojen ikkunoissa palavat onnellisten ihmisten kattolamput.

Teboilissa istuu pari taksikuskia lipittämässä kahvia ja tuijottamassa ääneti ikkunasta heijastuvaa omakuvaansa. Kaiuttimista soljuu Yleisradio. Livahdan vaivihkaa tiskille ja puhuttelen silmälasipäistä huoltamomiestä.

”Neljä voipullaa.”

”Syötkö täällä vai laitetaanko pussiin?”

”Laitetaan pussiin.”

Tietenkin laitetaan. Miten kaltaiseni ihminen voisi muka syödä pullaa julkisesti? Kotiin saavutuani vedän jopa rullaverhon ikkunan eteen. Vasta sitten, piilossa maailmalta ja melkein itseltäni, avaan rapisevan paperipussin ja kaivan esiin ensimmäisen pullan. Pulla on kuohkea ja pehmeä, sen valkoinen liha suorastaan sulaa suussani. Kun hörppäilen sen kanssa vettä, mitään vaaraa ei ole.

Sitähän erehdystä en enää tee, että ostaisin munkkeja – ne jämähtävät vatsaan rasvaiseksi, tahmeaksi klimpiksi. Kun tuota klimppiä yrittää saada ulos sisuksistaan, kasvot repeävät pieniin verenpurkaumiin, petekioihin. Suuhun tulvahtaa vatsanesteen ja raudan karvas maku.

Neljäs ja viimeinen pulla. En edes ehdi pureksia suuta tyhjäksi, kun ryntään jo vessaan.

Parin minuutin kuluttua vedän pöntön. Vatsan tyhjennyttyä alan palella niin, että hampaani kalisevat yhteen. Maihinnoisutakki yllä käperryt peiton alle ja putoan pikimustaan uneen.

Minulla on ollut syömishäiriö yli puolet aikuisiästäni. Sen syyt ovat minulle yhä epäselviä, mutta matkan varrella olen kehittänyt joukon teorioita. Yhden teorian mukaan syömishäiriöni syy on se, että minua rakastettiin lapsena niin usein herkuilla. Sittemmin olen tajunnut, että niinhän tehtiin tuohon aikaan joka huushollissa. Sukupolveni vanhemmat elivät lapsuutensa pula-aikana, ja sokeri ja voi olivat heille onnen ja rakkauden eineitä.

Voin palauttaa mieleeni kymmenittäin hillo-silmäisiä, sokerikuorrutteisista lapsuusmuistoja. Kuten koulupäivän jälkeen odottaneet lämpimät korvapuustit. Tai kesämökillä nakerretut Kantalolan ruskeat piparit. Mustikkaretken kruunaava mustikkamaito, jonka sokeri aivan rouskui hampaissa. Tai kesän ensimmäiset suklaatuutit, joita livottiin mökkipaikkakunnan osuuskaupan kylmällä betonirappusilla.

Tuolloin herkkujen syömisessä ei nähty mitään epäilyttävää. Lasten ylipainosta ei puhunut kukaan, ja kaikkien koululaisten takahampaat kiiltelivät amalgaamista. Sitä paitsi olin langanlaiha, ja pysyin laihana, söin sitten miten paljon tahansa. Yläasteella minua pilkattiin rinnatto-muuten tähden laudaksi. Kolmetoistavuotiaana painoin 30 kiloa ja rapiat.

Muutamaa vuotta myöhemmin hormonitoimintani muuttui ja pituuskasvu tyssäsi. Kilot al-

koivat kertyä. Tapahtui muutakin. Juuri kun olin soutanut teini-iän pahimpaan kuohuun, perheeseemme syntyi vauva. Kuusitoista vuotta olin saanut paistatella yksin äitini suosiossa, mutta nyt osani oli joutua sivurooliin. Muutaman vuoden kuluttua vanhempani erosivat. Sen jälkeen minun ja äitini välit muuttuivat myrskyisiksi – riitelimme kuin raivopäät. Muistan huutaneeni hänelle täyttää kurkkua.

Ymmärrettävästi käytökseni oli äidilleni siinä tilanteessa aivan liikaa. Tilannetta pahensi se, että olin siihen saakka ollut poikkeuksellisen kiltti, iloinen ja mukautuva lapsi. En ollut kertonut kotona edes vuosia jatkuneesta koulukiusaamisesta, häirintäpuheluista ja pilkanteosta. Arvosanani olivat aina olleet kiitettäviä ja keskiarvoni lähellä kymppiä. Nyt äitini pelkäsi, että olin seonnut.

Lukion toisella luokalla keksin järjestömän tavan purkaa tunnekuohuani. Viiltelin keittiöveitsellä käsivarttani ja kirjoitin pateettisia runoja mustakantiseen vihkooni. Haavoista vuosi tuskin lainkaan verta, mutta esiin tihkunut ohut punainen helmiriivi riitti. Levitin veren iholle ja jupisin itskeseni: ”Siitäs saatte!” Epäselvää oli, kenelle sanani osoitin ja millaisen koston nämä viilte-lystäni ”saivat”.

Parikymppisinä saimme ystäväni kanssa kesätöitä tukholmalaisesta suursairaalaista. Minä tiskasin, hän siivosi. Kuusikymmentäasteisen tiski-liukuhihnan ääressä olin joukon nuorin ja ainut eurooppalainen. Hikoilin holtittomasti eltaantuneissa tiskihöyryissä. Epäonneksemme palkkamme juutuivat puoleksitoista kuukaudeksi ➔

OLIN LIHONUT KAHDEKSA- KILOA. POIKA- YSTÄVÄNI OLI JÄTTÄNYT MINUT RAKASTUTTUAAN OOPPERAN BALETTI- TANSSIJAAN.

sairaalabyrokratian rattaisiin, ja lopulta meillä ei ollut äyriäkään ruokaan. Nälkä pani pääni pyörälle. Tiskiporukan odottaessa likaisia astiarullakoi-
ta livahdin keittiön kylmiöön, missä säilytettiin potilaille tarkoitettuja kiisseleitä suurissa sangoissa. Liukkaat, sokeroidut mandariinit vain lusah-
telivat alas kurkustani, kun ryystin sinkkiäm-
pärin reunasta. Vaivuin värisyttävään sokerinirva-
naan.

Seuraavana syksynä palasin yliopisto-opinto-
jeni pariin Tampereelle. Olin lihonut kesän aika-
na kahdeksan kiloa. Poikaystäväni oli jättänyt
minut rakastuttuaan Tukholman kuninkaallisen
oopperan balettitanssiin. Hän esitteli minulle
ylpeänä valokuvaa, jossa kuvankaunis neito sol-
mi kapoisin sormin kovakärkisten balettitossu-
jensa silkkinauhoja. Itseinhon vallassa katselin
tuolille leviäviä laskejani. Hyi helvetti, ajattelin,
minun oli laihduttava. Laihdutuskuru alkaisi sil-
tä istumalta.

Se alkoi. Ja päättyi viisitoista vuotta myöhem-
min.

Lukiessani potilaskertomustani syömishäiriö-
klinikalta etsin sitä hetkeä, jolloin asiat al-
koivat mennä todella pieleen. Ensimmäises-
sä, syksyllä 1993 päivätyssä paperissa keski-
tytään kuitenkin vain painoni putoamiseen il-
man sen kummempia analyyseja: ”Kyseessä 28-
vuotias toimittaja, jolla syömishäiriötä vuodesta
1986 lähtien. Painanut parhaimmillaan 65 kiloa,
pituus 167 cm. Poikaystävän jätettyä syksyllä
1986 ruvennut laihduttamaan, painanut alimmil-
laan 45 kg eli ollut selvästi alipainoinen. Oksente-
lua alkanut esiintyä kolme vuotta sitten, jonka
jälkeen ei kuukautisia.”

Olin tullut klinikalle työterveyslääkärin lähet-
tämänä ja omasta halustani. Minulta oli otettu
ensi alkuun pakolliset verikokeet, sydänkäyrä ja
luuntiheysröntgen. Kahdessa ensimmäisessä ei
todettu mitään erityistä, vain bradykardiaa eli
sydämen harvartumista. Elimistöni yritti sääs-
tää energiaa pitämällä pulssin alhaisena (siksi
palelin ja nukahtelin jopa raitiovaunuissa).

Luuymittauksessa kävi kuitenkin ilmi ikä-
vä seikka. Arvoni olivat 23 prosenttia viitealueen
ulkopuolella. Alle kolmikymppisenä minulla oli
eläkeläisluuston luusto. Luuni olivat hapertu-
neet niin pahasti vain kuudessa vuodessa.

Syysiltana 1986 tekemästäni päätöksestä saak-
ka olin harrastanut kovaa, räkkimäistä liikun-
taa. Samalla olin hiljalleen luisunut irti ihmis-
suhteistani, sillä vain eristäytymällä pystyin pitä-
mään kurssini vakaana. Toki kaipasin aika ajoin
ihmisten seuraa aivan kuten huomiota, kehuja ja
myötätuntoakin, mutta niinä hetkinä myös viha-
sin itseäni eniten. Näin, että minussa oli puute,
iso ja nälkäinen puute, vaikka luulin tahdonvoi-
mallani voittaneeni kaikki puutteet.

Toisinaan raivosin syyttä suotta läheisilleni.
Riidanhaluisesti väitin, etteivät he välittäneet.

Ilmeisesti heidän välittämisenä olisi pitänyt
pumpata minuun elämänhalu, koska itse en vä-
littänyt itsestäni.

Kahdeksan- ja yhdeksänkymmentäluvun tait-
teessa olin muuttanut Tampereelta Helsinkiin ja
asuin Kalliossa. Olin saanut unelmaduunin nais-
tenlehdessä, ja saavutin jopa jonkinmoista me-
nestystä.

Mutta koska kestin yhtä vähän kehuja kuin
moitteita, tunsin useimmiten pelkkää inhoa leh-
dessä ilmestyneitä juttujani kohtaan. Yksikin
kömpelö lause riitti todisteeksi kyvyttömyydes-
täni. Itsekritiikkini raunioittamana selitin muu-
tamaa vuotta myöhemmin syömishäiriöklinikan
lääkärille, miten muuttaisin pikapuoliin pois Hel-
singistä ja jättäytyisin freelanceriksi, kenties
vaihtaisin kokonaan alaa. Silloin – tästä olin taa-
tun varma – ongelmani ratkeaisivat ja saisin sie-
lunrauhan.

Niin muutinkin, mutta vasta paljon, paljon
myöhemmin.

ITSEINHON VALLASSA KATSELIN TUOLILLE LEVIÄVIÄ LASKEJANI.

Kallion-vuosina minulla oli tapana herätä
aamuisin puoli kuudelta juoksulenkeille.
Hölkäsin Pengerkadulta Kulosaaren sillan
yli Mustikkamaalle, jonka kiersin vähintään
kaksi kertaa ympäri. Jos meri ei ollut jässä, rii-
suin lenkkivaatteet ja pulahdin veteen. Syyskuu-
kausina vesi oli niin kylmää, että sen hyisyys tun-
tui läpäisevän koko untelon vartaloni, mutta pa-
kotin itseni uimaan ainakin toistasataa metriä.
Uinnin jälkeen vedin rannalle viskaamani lenkki-
vaatteet ylle (ne eivät olleet hikiset, koska en
enää hikoillut) ja kipitin takaisin Kallioon.

Söin aamiaiseksi yhden kraanavedellä kostu-
tetun Weetabix-murokkeen ja poljin työpaikalle-
ni Länsi-Pasilaan.

Töissä en syönyt mitään, join vain kuppikau-
palla Hermesetaksella makeutettua kahvia. Muu-
tamaa vuotta myöhemmin ostin työpaikkaruoka-
lasta joka päivä neljä Marie-keksiä. Tapa kum-
mastutti myyjiä. Kaikki työpaikallani tiesivät
asioiden oikean laidan, mutta kukaan ei sanonut
mitään. Mitä he olisivat voineetkaan sanoa.

Työkaverini inspiroimana aloitin aikuisbale-
tin. Olin täynnä intoa! Tuntui kuin olisin ollut
vihdoin lähellä jotain sellaista, joksi olin aina ha-
lunnut tulla. En muistellut enää vanhaa poikays-
tävää enkä tämän ballerinaa, mutta tunsin oloni
ennen kokemattoman kiinteäksi ja varmaksi,
kun venyttelin tanssialin ulkopuolella solisluut
paljastavissa trikoissani. Tarvitsin jotakin äärim-
mäistä ollakseni olemassa. Halusin olla erilai-

nen, eikä tuo tunne ollut pinnallinen. Se esti
identiteettini hajoamisen. Keskinertaisena, ta-
vallisena ja yhtenä muista tunsin, että liukenin
ympäristöön kuin pyykkisaippua.

Vuonna 1994 syömishäiriöklinikan lääkäri kir-
joitti potilaskertomukseeni: ”Käsitelty asiaa tii-
missä. Varsinaiseen hoito-ohjelmaan ei nyt mah-
du, eikä ryhmähoitokaan vielä mahdollista. Eh-
dotettu harvajaksoisempaakin modifioitua tera-
piala.”

Ensimmäiseksi diagnoosiksi papereihin kirjat-
tiin 3075A eli *Tarkemmin määrittelemätön syömis-
häiriö (anorektisin ja bulimisin piirtein)*.

Jatkuvien pakofantasioiden ajamana muutin
vuonna 1993 Kalliosta Munkkiniemeen. Us-
koin, että Seurasaari, uimaranta ja Koneen
puisto saattaisivat toimia paasilinnamaisina
vapauden metsäsaarekkeina minua vainoavilta
vaatimuksilta. Asunto oli sitä vastoin yhä karu.
Nukuin futon-patjalla huojuva kirjapino yöpöytä-
näni. En uhrannut ajatustakaan sille, että sisus-
taisin itselleni ”kodin” – enhän tarvinnut kuin
luolan, jossa piileksiä maailmalta työpäivän jäl-
keen. Jostakin typeryyttävästä päähänpistosta
otin itselleni jopa kissanpojan, mutten pystynyt
pitämään sitä kuin viikon. Kissanpojan kiinty-
mys oli minulle liikaa.

Kesällä 1994 pyöräilimme ystävättäreni kanssa
Saariston rengastien. Ensimmäisen 120 kilomet-
rin etapin jälkeen istahdimme baariin, jossa oli
määrä syödä päivällinen. Mutta baarissa ei ollut
mitään, mitä olisin kelpuuttanut syötäväksi. Ei
salaattia, ei vähärasvaista jogurttia, ei hedelmiä.
Ystävätilasi palapitsan ja vakuutti, että minä-
kin olin ansainnut sellaisen. Pitsanreunaa näyk-
kiessäni hoin mielessäni: ”Olen polkenut kuusi
tuntia, olen polkenut...”

Se ei auttanut. Sylkäisin suussa olevan palan
puskiin. Join pelkän kevyt-colan.

Kuukauden kuluttua päättyi epäsuosittaisista
lääkärikäynneistä koostunut kolmen vuoden hoi-
tojaksoni Hyksissä. Lääkäri lopetti yhdeksästois-
ta elokuuta 1994 päivätyin lausuntonsa mukaviin
tunnelmiin: ”Potilas tehnyt valmisteluja mahdol-
lisen Turkuun muuttonsa suhteen. Kokee jonkin
verran hyötynensä täällä käynneistä, syömis-
malli selvästi parempi kuin vielä viime syksynä.
Toivotetaan hyvää jatkoa!”

Mikään lääkärin lausunnossa ei pitänyt
paikkaansa. En ollut muuttamassa mi-
hinkään, ja syömismallini oli kaameampi
kuin koskaan. Edellisenä talvena sairaal-
lan ruokaterapeutti oli laskenut päivittäiseksi ka-
lorimääräkseni 850 – eikä päähäni mahtunut,
miksi painoni pysytteli yhä sitkeästi 47 kilossa.
En keksinyt muuta vastausta kuin sen, että söin
liikaa. Jätin pois ”aamiaiseni” ja lisäsin pyöräilyä.

Kesällä 1995 asuin Ruskeasuolla. Yllätykseksi
ni olin myös alkanut seurustella. Tunsin on- ➤

KOSMETOLOGIT POISTIVAT KASVOISTANI MILLOIN.. MUSTAPÄITÄ, MILLOIN.. KATKENNEITA VERISUONIA, MILLOIN RYPPYJÄ.

nea – mies oli lempeä ja älykäs –, mutta välillä parisuhteen läheisyys oli minulle liikaa ja ärhentein kuin nurkkaan ahdistettu eläin. Minun oli pakko päästä omaan kämppääni syömään jokapäiväiset leipäni. Ne olivat aina samat: yksi lämmitetty perunapiirakka (taputtelin sen rasvan aina huolellisesti talouspaperiin), yksi Viva-jogurtti (jogurteista vähäkalorisin), neljä kiivihedelmää ja purkillinen ananasmurskaa. Illalla söin toisen purkin ananasmurskaa ja muutaman porkkanan. Lisäksi mussutin pussillisen ksylitolipurkkaa.

Kerran erehdyin ostamaan Echinaforcea sisältävää luontaistuotepurukumia. Pussin syötyäni kehooni alkoi pulpahtella aprikoosinkokoisia paukamia. Näytin b-luokan scifi-hahmolta katsellessani itseäni kylpyhuoneen peilistä. Pelästyin niin, että lähdin taksilla Marian sairaalaan. Siellä minulle annettiin oitis kortisonipiikki. Hoitohenkilökunta kerääntyi ympärilleni katsomaan ällistyttävää allergista reaktiota. Saattamaan tullut ystävätär ei voinut ymmärtää, miksi tein ”tällaista” itselleni. Minulle se oli täysin selvää.

Tähtäsin elämään, jossa pärjäisin tarvitsematta ketään, koska en luottanut keneenkään. Tähän tavoitteeseen tiivistyi kaikki: lapsuuden perhekuviot, koulukiusaaminen ja suunnaton pettymys itseeni. Halusin olla yli-ihminen. Se on illuusio, joka saa naiset kohtelemaan väkivaltaisesti itseään ja miehet toisia – kärjistetysti: minä ja kouluampujat ponnistimme samasta suosta. Mutta siinä missä kouluampujat pitivät huonnommuudentunnettaan toisten vikana, minä pidin yksin itseäni vikapäänä.

Toisen teoriani mukaan anoreksiani syynä olinkin lapsena opittu tapa saada huomiota. Eniten sitä sai, kun sai pipin tai soimasi itseään. Vähän aikaa sitten löysin lapsuudenkodistani ruutuperin, johon olin alle kouluikäisenä raapustanut tikkukirjaimin: ”Asta on tuhma, isi ja äiti ovat kilttejä.” Muistan kuusivuotiaana näyttäneeni äidille tyynyliinaa, jonka olin tahallani itkenyt märeksi sillä aikaa, kun äiti kävi kaupassa.

Myös pelleksi tekeytyminen tuntui tehoavan, ainakin koululuokassa. Valitettavasti pelleily antoi myös muille valtuudet pilkkaan.

Tuona samana viileänä kesänä 1995 matkustimme ystävättäreni kanssa Pohjois-Norjaan. Kun laskeuduin tromsöläisen pikkuphotelliin kapeaa portaikkoo, menetin tasapainoni ja jalkani muljahti inhottavasti. Koska en voinut enää varata jalalle painoa, ystävätär kantoi rinkkani bussiin. Hän jäi Ruotsiin sukuloimaan, kun taas minä jatkoin laivalla Suomeen. Helsinkiin saavuttuani oli hiljainen heinäkuinen sunnuntai. Jalkani oli violetti ja turvonnut, mutta tunsin huonoa omaatuntoa siitä, että laivalla olin vain löhöillyt ja tanssin.

Kävelin kaksikymmentä kiloa painava rinka selässäni Katajanokan terminaalista Mannerheimintien ratikkapysäkille.

Kahta viikkoa myöhemmin jalka ei ollut yhtään parempi, mutta ajoimme poikaystävän kanssa kilpaa polkupyörillä Sörnäisten rantatien. Törmäsin rotvalliin. Pyörä pysähtyi, minä en.

Minut vietiin ambulanssilla Töölön tapaturma-asemalle, vaikka minusta ei tuntunut mitään. Pitelin kyynärpäästäni kiinni ja olin jo aikeissa häipyä odotushuoneesta, mutta ylös noustuani käden alaosa retkahti kummallisesti. Lääkäri ilmoitti, että röntgenkuvissa näkyi kyynärlisäkkeen murtuma. Myös jalkapöydässäni oli kaiken aikaa ollut kaksi poikittaismurtumaa.

Käsi oli leikattava. Kirurgit asensivat kyynärpäähän kaksi naulaa ja metallisidoksen (myöhemmin naulat työntyivät laihuuteni vuoksi ulos ihosta).

Leikkauksen jälkeen oloni oli heliuminkeveä. Makoilin sairaalasängyssä ikkunan vieressä, ja aurinko paistoi puhtaille lakanoille. Vihdoinkin olin turvassa! Tsoukkailin vierustovereille ja pidin hyvää tuulta yllä potilashuoneessa. Minua

**PAINOIN
ALLE 40 KILOA.
OLIN YHTÄ HYMYÄ.
NYT OLI LUPA SYÖDÄ.**

hoitava sairaanhoitajakin tuntui erityisen lempeältä. Äidillisesti hän yritti tuputtaa minulle Valion Hedelmäpomme-jogurttia, mutta huomatuani, että siinä oli 2,5 prosenttia rasvaa, en pystynyt syömään sitä.

Poikaystävä toi minulle sairaalaan luettavaksi **Simone Weilin** kirjan *Painovoima ja armo*. Mielialani romahti. Weil näännytti itsensä hengiltä vuonna 1943 myötätunnosta juutalaisia kohtaan. Pala kurkussa kysyin poikaystävältä, halusiko hän, että tekisin samoin.

Kun minut muutamaa päivää myöhemmin kotiutettiin, kipusin vaa’alle. Painoin alle neljäkymmentä kiloa.

Olin ensin yhtä hymyä: ”Nyt minulla on lupa syödä!” Mutta huomattessani, että minun oli vaikea pysyä edes tolpillani, kyöneleet kirposivat poskilleni.

Katkerana mietin, eikö kukaan muu säälinyt minua kuin minä itse.

Kului yli vuosi ennen kuin joku kiinnitti taas huomiota tilaani. Kuukautisia minulla ei ollut nyt ollut kuuteen vuoteen. Selässäni kasvoi anorektikoille tyypillistä lanugo-untuvaa, joka toi mieleeni karvarouskun. Palelin niin, että käytin kesälläkin villapaitaa. Harrastin yhä pyöräilyä ja tanssin.

Olin alkanut suhtautua entistä kriittisemmin muuhunkin ulkonäkööni. Kävin liki viikoittain kauneushoitolassa. Kosmetologit yrittivät pois-

taa kasvoistani milloin mustapäitä, milloin katkenneita verisuonia, milloin ryppyjä. Kolmekymmentäkolmevuotiaana varasin ajan plastiikkakirurgi **Rolf Nordströmiltä**, koska otsani oli mielestäni niin ryppyinen.

Nordström passitti minut tieheni.

Ajattelin näin: kauneus antaisi minulle kaiken ilmaiseksi. Kauniina minun ei tarvitsisi enää suorittaa tai olla hyvä. Voisin unohtaa itseni. Pidin tekopyhänä ajatusta, jonka mukaan kauniitkaan ihmiset eivät aina uskoneet olevansa kauniita – kauneus ei todellakaan ollut mikään sisäinen tunne. Niinpä ostin kalliita ihohoitoita ja kiiltäväpaperisia kauneuslehtiä. Suosikkini oli amerikkalainen Allure, jossa leikellyt Hollywood-tähdet esittelivät kasvojaan. Elätelin naiivia unelmaa, että lapsuuteni lempisatu Tuhkimo voisi yhä käydä toteen – että minustakin voisi tulla satumaisen kaunis.

Vuoden 1996 kesällä laihuudestani huolestunut työterveyslääkärini lähetti minut uudelleen syömishäiriöklinalle. Laboratoriotuloksissa oli todettu leukopeniaa eli valkosolujen vähyyttä. Halusin apua, mutta koettuani yhden poukkoilevan hoitajakson olin hyvin skeptinen. Mutta mitä vaihtoehtoja minulla oli?

Tällä kertaa diagnoosini oli selvä: *F50.1. Anorexia nervosa*.

Uusi lääkäri kirjoitti syksyllä 1996: ”Potilas kertoo asioistaan eloisesti ja katsekontaktia ottaen. Mielialaltaan tekee lähinnä eutyymisen vaikutelman. Potilaan ajatuskulut ovat loogisia, vain perustelut syömiskäyttäytymiselle ajoittain melko vaikeatajuisia ja itsekin epäilee perustelujaan hatariksi.”

Olinhan minä eutyyminen eli tasapainoinen – kaikkialla muualla paitsi lautasen äärellä.

Jälleen kerran lavertelin lääkäriille, että olin aikeissa muuttaa maalle ja vähentää töitä. Epikriisistä käy ilmi yllättävä yksityiskohta: lääkäri mainitsee, että söisin Fontex-nimistä masennuslääkettä. Olin kuitenkin ottanut pakkauksesta vain kolme kapselia, minkä jälkeen avattu rasia lojui vuosia maustehyllyssäni. En halunnut olla mistään riippuvainen, vähiten lääkkeistä.

Tämänkin lääkärin kanssa työskentely jäi tuloksettomaksi. Minun oli vaikea löytää yhteistä säveltä näiden setien ja tätien kanssa, jotka olivat tottuneet hoitamaan pääasiassa teinejä – yksikin madalsi äänensä kysyessään, oliko minulla yhä kuukautiset. Käynnit olivat epäsiinäköisiä, keskusteluissa puhuttiin vain syömisestä ja ruuasta, ja kaikki valheeni nielaistiin epäroimattä. Minut punnittiin, vaikka jaloissani oli Dr. Martensin raskaat, paksupohjaiset varsikengät – ja iloittiin, että olin saavuttamassa ihannepainoni. Viikko toisensa perään minun piti kirjoittaa ns. ruokapäiväkirjaa syömisistäni, aivan kuin en itse olisi tajunnut, että ruokavalioni oli sairas.

Kävin sisätautilääkärin pakeilla, apulais-



Asta Leppä on vapaa kirjoittaja ja kahden lapsen äiti.

lääkärillä, ruokaterapeutin vastaanotolla jne., kunnes minut ohjattiin erikoissairaanhoitajalle, joka oli myös taideterapeutti.

Kyseinen hoitaja oli ensimmäinen ihminen, jolle olin enemmän kuin anonyymi asiakas, liukuihnanälkiintynyt, ja jonka kanssa saatoin puhua kuin aikuinen aikuiselle: lapsuudesta, rakkaudesta, seksuaalisuudesta. Mutta niin antoisia kuin nuo tapaamiset olivatkin, ei niistäkään ollut hyötyä toipumiseni kannalta. Lopulta, kieltäytyttyäni ryhmäterapiasta (pelkkä ajatuskin ellotti minua), lopetin itse hoitoni klinikalla.

Lokakuuksi 1997 päivätty lääkärin viimeinen merkintä suorastaan tiukkui tulevaisuudenuskoa: ”Tulee sovitusti. Voinut hyvin. Tyytyväinen tilanteeseen. Mieliala kohtalaisen hyvä. Ilmeikäs, hymyilevä ja naurava.”

Seurasi haaleita, mitään sanomattomia vuosia. Työssäni haastattelin Nobel-kirjailijoita, Oscar-palkittuja näyttelijöitä ja suomalaista älymystöä. Matkustelin ympäri maailmaa ja suurkulutin kulttuuria. Älyllisessä toiminnassani ei näkynyt, että ruumiini näivettyi – enkä mitään muuta kaivannut kuin sitä, että älyäisin, miksi ruumiini näivettyi. Mutta vastauksia en löytänyt. En Hyksistä enkä kirjoista.

Vuosituhanneen lopulla vaihdoin balettiharrastuksen aerobiciin, jossa kävin seitsemänkin kertaa viikossa. Aerobicin ruumiinkuva oli hitusen terveempi kuin baletissa, eikä siinä tarvinnut tehdä *grand jeté*tä salin poikki muiden katsellessa. Tietysti valitsin aina rankimmat tunnit. Pyöräilin viikossa sata kilometriä ja juoksin. Olin lisännyt vihreät omenat ja kuusi Carrsin vesikeksiä ruokavaliooni. Aloin taas syödä aamuisin Weetabix-murokkeen. Lihoin muutaman kilon.

Syksyllä 1999 rakastuin.

Olin vasta vähän aikaa sitten tutustunut tähän mieheen, kun eräänä iltana menin katsomaan Espoo Cinén elokuvanäytöstä (elokuvat saivat minut unohtamaan nälkäni muutamaksi tunniksi). Kun tulin näytöksestä ulos, ilta oli yhä valoisa ja lämmin. Ihmiset tupakoivat ja keskustelivat näkemästään etäällä minusta. Tunsin, miten tulevaisuus väreili edessäni kuin roadmovien kuuma tie. Suljin silmäni ja rukoilin mielessäni – uskomatta rukoukseen kuin puolittain –, etten pyytäisi enää mitään, jos saisin sen miehen.

Juuri sillä hetkellä puhelimeni soi. Soittaja oli se mies.

Kolmen ja puolen viikon kuluttua olimme naimisissa.

Puolitoista vuotta, ja olin raskaana.

Istun hiljaisessa työhuoneessani. Lapset ovat koulussa. Alan lukea netistä nuorten anorektikkojen kirjoituksia. Niitä on paljon, varsinkin kun muistaa, että tautia esiintyy vain noin prosentilla väestöstä (luku tosin vaihtelee yhden ja viiden prosentin välillä taudin asteen

mukaan). Kirjoitukset puistattavat minua. Pari kertaa jopa kiroan ääneen.

Miten nämä tytöt pelastetaan – kun he samalla sekä haluavat sitä ja eivät halua?

Heidän haluttomuutensa näkyy esimerkiksi siinä, millä tavoin he nimittävät itseään. He ovat ”lasiluurankoja”, ”sudenkorentoja” tai ”höyheniä tuulessa”.

He ihannoivat sairautta, jossa ei ole kerrasaan mitään ihannoitavaa. Luiseissa poseerauksissa ja blogiin lainatuissa supermallien valokuvissa näkyy halu olla jotakin kiistämättömän arvokasta ja täydellistä.

Mutta toisten huomion kiinnittäminen on käynyt yhä vaikeammaksi. Niinpä rankimmat kirjoitukset kuvaavat vatsaan ruuvattavia ruokintalietkuja ja veren oksentamista. Omista töröttävistä luista puhutaan paljon, niitä hivellään ja ihailaan. Ruoka näyttyytyy saastana, joka syövyttää sisäelimet. Lenkillä kutkuttaa halu heittäytyä vieressä kulkevalle junaradalle. Määrittelemätön halu paeta piinaa jatkuvasti mieltä. Tavoitteena on ikivanha, mahdoton unelma, jossa ihminen huijaa kuolemaa ja palaa kirkastettuna takaisin elämään.

OLI LOPPUVUOSI 2001, JA ALOIN PARANTUA. HALUSIN SITÄ ITSE.

Oli kulunut vuosia siitä, kun olin viimeksi syönyt lihaa. Raskaaksi tultuani suorastaan himoitsin sitä. Samoin appelsiineja. Ratkoin kuoret hampaillani päästäkseni äkkiä käsiksi niiden mehua tihkuvaan sisukseen.

Aviomieskin näytti ilahuneelta.

Mutta merkitsikö raskaushimojen tyydyttämisen sitä, että olin kokenut jonkinlaisen ihmeparantumisen? Ei. Kauhukuvat odotuskiloista ja reisiin ratkeavista raskausarvista pitivät minut ruodussa raskaanakin. En kyennyt vieläkään laittamaan kastiketta salaattiini.

Jatkoin myös aerobicia entiseen malliin. Kolmannella raskauskuukaudella halusin tehdä reportaasin, jossa viettäisin viikon alokkaana Porin prikaatissa. Sulkeiset pidettiin pölyävällä hiekkakentällä 30 asteen helteessä. Mutta ”raskaus ei ole sairaus”, kuten raskauden alkuvaiheen ultran tehnyt miesgynekologi huomautti, mikä olikin totta. Minä vain olin sairas raskauteni takana.

Seitsemännellätoista raskausviikolla alkoi tahtua. Sain rajuja ennenaikaisia supistuksia, toisinaan yli satakin vuorokaudessa. Minut passitettiin kahdeksi viikoksi Kätilöopiston sairaalaan, jossa supistusten aiheuttajaksi todettiin krooninen suolistotulehdus. Myöhemmin luin vertaistukiryhmän nettifoorumilta, että poik-

keuksellisen monella tähän suolistotautiin sairastuneella oli syömishäiriöhistoria.

Oli loppuvuosi 2001, ja aloin parantua. Halusin sitä itse. Vatsassa kehittyvä lapsi oli tärkeämpi kuin mikään muu. Halusin nähdä sen ja muuttua – muuttua anorektikosta äidiksi, naiseksi, jolla oli lapsi.

Tunsin lapseni kosketuksen sisälläni ja syntymän jälkeen ihollani, ja minä luovutin mielihyvän ruumiini sen käyttöön. Ja omaksi yllätyksekseni ruumiini toimi ja kelpasi. Aloin antaa odottamatta mitään vastalahjaksi.

Vapauduin viimein itsestäni.

Teoriat anoreksiani syistä numerot kolme, neljä, viisi ja kuusi: perfektionistin luonne, kulttuurin naiselle asettamat ulkonäkövaatteen, vanhempieni vähäiset tunnetaidot, geeniperimä. Mutta jokainen selityksistä tuntuu riittämättömältä, mikään niistä ei tunnu tavoitettavan sairauden ydintä.

Kenties tuota ydintä ei edes ole.

Vasta nyt, parikymmentä vuotta myöhemmin, olen tehnyt kaiken sen, mistä puhuin minua hoitaneille lääkäreille. Olen irtisanoutunut päivätyöstä ja muuttanut lapsuuden kotiseudulleni. Minulla on lapsia ja läheisiä, ja olen taas hyvissä väleissä äitini kanssa. Uskallan käyttää elämästäni jopa sanaa ”onnellinen” ilman pelkoa, että sen lausuminen ääneen jollakin maagisella tavalla veisi sen minulta pois.

Nyt minusta on etuoikeus saada ajatella muuta. On etuoikeus ymmärtää olevansa keskinkertainen.

En ole koskaan ollut missään erityisen hyvä. Parhaimmillani olen ollut miltei, lähestulkoon, likimain ja melkein. Olen kelvollinen kirjoittaja, mutta siinä kaikki. Se ainut asia, missä olen paras, on kätkeytynyt syvälle omaan hiljaisuuteeni. Sitä ei voi verrata, eikä se käy ansioksi – sitä ei voi sen kummemmin edes esitellä. Se olen minä.

Sairaus muistuttaa itsestään yhä. Hapristunutta selkärankaani kolottaa. Syöpyneiden hammaskaulojen paikat irtoavat muutaman vuoden välein. Suolistosairaus äksöttelee heti, kun syön jotakin väärää.

Viime kesänä sain myös kuulokojeen. Kuulovaikeudet alkoivat oksentelujen myötä.

Epävarmuudesta ja yliherkkyydestä en parane koskaan. Peiliin katsominen ei edelleenkään miellytä.

Oikeastaan elämä on mukavimmillaan silloin, kun saan tyystin unohtaa itseni. Niin kuin silloin, kun alakerrasta kuuluu tuttu oven kolahdus: kuopus on tullut koulusta. Nousen työpöytäni äärestä ja valmistan välipalaa. Juomme yhdessä kaakaota, syömmme karjalanpiirakat, juttelemme. Ulkona havupuut heiluvat.

Joskus nälkä oli minulle itsekurin voitonmerkki. Nyt se on merkki siitä, että meidän on aika syödä. ■

Suhteet

Luuletko, että hakattu nainen on tyhmä?

Meri Valkama kyllästyi siihen, että parisuhdeväkivallan uhrit ovat hiljaa. Siksi hän avasi oman suunsa.

K

KOROT KOPISEVAT KATUKIVIIN, kun astelemme työkavereideni kanssa läpi Helsingin keskustan. Olemme matkalla hilpeään illanviettoon, mutta puhumme vakavasta asiasta: parisuhdeväkivallasta. Ja sieltä se tulee, jokaiseen tällaiseen keskusteluun kuuluva kommentti:

”Miten kukaan nainen voi olla niin tyhmä, että jää väkivaltaiseen suhteeseen?”



Kollega sylkäisee lauseen kuin räkäklimpin ja – vaikkei hän sitä tiedä – osuu minua suoraan kasvoihin. Olen kuullut kysymyksen lukuisia kertoja aiemmin. Käsitys, että hakattu nainen on tyhmä ja saamaton, on tehnyt pesän syvälle.

Kysymys raivostuttaa minua. Kävelemme juuri Kiasman ohi kun kuulen huudattavani, ettei tyhmyydellä ole mitään tekemistä asian kanssa.

Kollegat hiljenevät.

Tajuan, että minun on selitettävä.

Ensimmäisen kerran ikinä paljastan työkavereilleni: minä olen ollut väkivaltaiseen suhteeseen jäänyt nainen.

ON JOULUKUINEN lauantai-ilta kauan sitten. Olen juuri muuttanut omilleni. Istun ystäväni kanssa paikallisessa yökerhossa, kun seuraamme lyöttäytyä humalainen, mutta kohtelias **Tomi**. Do you believe in love after love, **Cher** ulvoo kaiuttimissa, kun suutellemme ensimmäisen kerran.

Seurustelumme alkaa klassisesti. Teemme iltakävelyitä lumisen pikkukaupungin kaduilla, juttelemme aamuyöhön. Kolmannella treffeillä makaan Tomin sylissä ja hän lukee minulle ääneen *Trainspottingia*.

Rakastun.

Olemme tunteneet vasta pari kuukautta, kun kannamme Tomin tavarat vuokrataksioon. Tunnen itseni aikuisemmaksi kuin koskaan. Vanhempani ovat eronneet ja perustaneet uudet perheet, joihin en tunne kuuluvani, mutta nyt minulla on jotain omaa ja pysyvää. Olen onnellinen.

Kun olemme seurustelleet vajaat puoli vuotta, teen raskaustestin.

Se on positiivinen.

Tomi ei halua lasta. Minä vakuutan itselleni, että Tomi tottuu ajatukseen. Kannan pikkusiskoni vanhat vauvanvaatteet vintistä, pesen, silitän ja viikkaan. Iltaisin listaan etunimiä ruutupaperille. Ystävät katselevat touhuani hämmentyneinä.

Vappuaattona seison kaupan kassajonossa, kun alaselkääni alkaa särkeä. Pian kipu leviää vatsaan ja muuttuu niin kovaksi, etten pysty liikkumaan.

Kotona huomaa vuotavani verta. Paljon.

Keskenmeno on pahinta, mitä minulle on tapahtunut, pahempaa kuin vanhempie-

KUN YRITÄN ESTÄÄ TOMIA TULEMASTA KÄNNISSÄ KOTIIN, LENNÄN PÄIN ETEISEN SEINÄÄ.

ni avioero ja kaikki teini-ien jätetyksi tulemiset yhteensä. Makaan päivätolkulla vuoteessa ja itken.

Eräänä yönä Tomi ottaa minua kädestä.

”Meidän molempien rukouksiin on vastattu”, hän sanoo.

Vaikka raskaus on päättynyt, minä en palaa ennalleni. Haluan lopettaa baarielämän ja rauhoittua. Tomi ei. Kun hän yhden illan päätteksi könyää kotiin ympäröivänsä ja vääntää levyn soimaan, nousen, sammutan stereot ja käskän Tomia nukkumaan sohvalle. Hän hoipertelee kohti makuuhuonetta.

Minua ärsyttää. Asetun Tomin eteen ja sanon, etten halua nukkua viinalta haisevan känniäliön vieressä. Se on virhe. Tomi tönnäisee minut kovakouraisesti seinään. Pääni pamahtaa betoniin.

Olen niin hämmästynyt, etten saa sanottua sanaakaan.

SEURAAVANA AAMUNA keksin selityksistä ensimmäiset. Ne kuuluvat näin:

Se oli vahinko.

Ei hän tarkoittanut satuttaa.

Taisin itsekin olla aika tyly.

Vasta kun vuosia myöhemmin luen yhdysvaltalaisen **Joanna V. Hunterin** lähisuhdeväkivaltaa käsittelevän kirjan *But He'll Change*, tajuan, että juuri tuona sunnuntai-aamuna sieluuni asettuu itsepetoksen sie- men.

Pahempaa on kuitenkin edessä. Kesäyönä ajan ystäväni kanssa yökerhon ohi, kun näen Tomin tuntematon vaalea nainen kainalossaan. Käskän pysäyttää auton ja katseen, kuinka poikaystäväni astelee vieraan naisen kanssa läheiselle puistonpenkille, istuu alas ja vetää naisen syliinsä.

Sydämeni hakkaa niin, että korvissa kohisee.

Marssin paikalle ja kysyn mitä helvettiä Tomi luulee tekevänsä.

Hän on niin humalassa, ettei tunnista minua.

Päätän, että suhde on ohi.

Aamulla kirjoitan kirjeen, jossa pyydän Tomia keräämään tavaransa ja häipymään elämästäni. Sitten pyöräilen parhaan ystäväni luo.

Ystäväni mielestä olen tehnyt oikean päätöksen. Siksi näen pettymyksen hänen kasvoillaan, kun kolmen päivän päästä palaan kotiin.

Tomi on soittanut kymmeniä kertoja, lähettänyt tekstiviestejä, anellut anteeksiantoa ja kieltäytynyt lähtemästä kodistamme. Lopulta hellyyn. Onhan minulla syitä:

Se oli yksittäistapaus.

En osaa elää ilman häntä.

Ja: Meille voisi olla tulossa lapsi, hänen takiaan minun on yritettävä.

SYKSYYLLÄ KRIISI SYVENEE. Kun yritän mennä aikaisin nukkumaan, Tomi kieltäytyy hiljentämästä televisiota. Kun pyydän lukurauhaa, hän vaatii saada kuunnella musiikkia. Lahjan antaminen syntymäpäivänäni on häneen tarpeetonta.

Kun kerran yritän estää Tomia tulemasta kännissä kotiin, lennän päin eteisen seinää.

Muutamia viikkoja myöhemmin Tomi lyö minua ensimmäisen kerran, mutta koska poskeeni lävähättä nyrkin sijaan avokämmen, jälkeä ei jää. Jälleen löydän selityksen olla lähtemättä:

Olihan minussakin vikaa.

Tomi on samaa mieltä. Hänen käytöksensä ei ole vikaa. Minä sen sijaan olen dominoiva, omistushaluinen ja sairaalloisen mustasukkainen, joten hänen on pakko raivata elintilaa väkisin. Niinä harvoina kertoina, kun Tomi tunnustaa menneensä liian pitkälle, syy on aina minussa: Minä olen yrittänyt rajoittaa hänen oikeuttaan pitää hauskaa. Minä olen yrittänyt estää häntä tulemasta kotiin, josta hänkin maksaa vuokraa. Minä olen vaikea.

Samaa viestivät Tomin ystävät ja osa su-



kulaisista. Saan kuulla jatkuvasti, kuinka ylitän rajani puuttumalla poikaystäväni juomiseen.

VAIKKA ELÄMÄSSÄNI ON lukuisia tärkeitä ihmisiä, kerron väkivallasta vain kahdelle parhaalle ystävälleni. En edes harmitse puhuvani kokemuksistani avoimesti. Sen sijaan hymyilen ja pidän Tomia kädestä kaupungilla. Kulissit pitävät loitolla häpeän – sen, mikä vaientaa useimmat väkivaltaa kokeneista.

Tutkimusten mukaan joka viides suomalaisnainen on kokenut väkivaltaa nykyisessä parisuhteessaan. Kahdeksan prosenttia naisista on kokenut väkivaltaa tai sen uhkaa viimeksi kuluneen vuoden aikana.

Itse asiassa Suomessa sekä naisiin kohdistuva väkivalta että naisten kuolemaan johtanut väkivalta on yleisempää kuin teollistuneissa maissa keskimäärin. Naisten väkivaltaiset kuolemat ovat meillä yli kaksi kertaa yleisempiä kuin muissa Pohjoismaissa. Tästä kertovia tarinoita on voinut tänäkin talvena nähdä televisiuutisista ja lukea lehtien etusivuilta.

Tilastojen mukaan on todennäköistä, että lähipiirissäni on useita muitakin parisuhdeväkivallan uhreja. Silti sellaisista kokemuksista on kertonut vain yksi sukulaiseni.

Minua ympäröivässä hiljaisuudessa Tomin ja ulkopuolisten asenteet alkavat syödä sisintäni. Alan ajatella, että kaikki olisi hyvin, jos vain osaisin olla hyväksyvämpi ja hiljaisempi ja vähemmän vaativa.

Päätän muuttua. Päätän hyväksyä enemmän ja nipottaa vähemmän. Pitkään uskon onnistuvani – kunnes Tomi jää jälleen kiinni pettämisestä. Tajuan, etten ikimaailmassa kestä sellaista.

Vain vuosi seurustelumme alkamisen jälkeen Tomi muuttaa omaan asuntoonsa. Kun ovi pamahtaa viimeisen kerran kiinni, lyhistyn eteisen lattialle. Ajattelen, että nyt kaikki on ohi.

En tiedä, että tämä on vasta alkua.

KUN VUOSIA MYÖHEMMIN kerron kokemastani väkivallasta työkavereilleni, tuntuu kuin olisin riisuutunut alastomaksi keskellä Helsinkiä. Kohtalokkaan lauseen sylkäissyt kollega hiljenee. Hän ei tiedä mitä sanoisi.

KUKAAN EI KEHOTA MINUA HANKKIMAAN RANGAISTUSTA VÄKIVALTAISELLE MIEHELLE.

Hetken ajan koko seurue on vaiti.

Tuon hiljaisuuden aikana minun lävitseni pyyhkäisee pakokauhu: sinne ne menivät, suojamuurini, ammatillinen uskottavuuteni, vaivalla rakentamani vahvan naisen harha. Hetken haluaisin pysähtyä, lysähtää maahan, itkeä. Myöntää olevani heikko ja nujerrettavissa ja tyhmä.

Sitten kollegani katsoo minua ja hymyilee lempeästi.

”Sillä ei kyllä tosiaan ole mitään tekemistä tyhmyyden kanssa”, hän sanoo.

Hetkessä olen taas ehjä.

Nykyisin minut pitää ehjänä myös turvallinen parisuhde. Puolisoni kannustaa minua toteuttamaan itseäni ja kunnianhimojani. Hän rakastaa minua juuri niin vahvana kuin olen. Hän ei epäröi sitoutua minuun, hankkia lapsia, perustaa kotia. Hänen kanssaan en pelkää, en koskaan enkä mitään.

Menneisytyttäni hänkään ei voi pyyhkiä pois. Vielä vuosia sen jälkeen kun väkivaltainen parisuhteeni on ohi, herään painajaisiin, joissa palaan Tomin luokse enkä pääse pois.

Nyt kun asiani ovat hyvin, minun on vaikea hyväksyä sitä, että olen joskus antanut kohdella itseäni niin huonosti.

Yhtenä päivänä saan tarpeekseni painajaisista ja häpeästä. Päätän päästä asian yli. Soitan entisen kotikaupunkini poliisiasemalle. Muutaman päivän päästä posti tuo yksitoistasivuisen esitutkintapöytäkirjan.

Avaan paperinipun, ja sieltä ne vyöryvät, muistot.

Tutkimushetkellä potilas on ollut järkyttynyt ja itkuinen. Oikean korvan takana on pinnallinen ekskoriaatio, 1 mm x 1,5 cm. Sen yhteydessä verijälkiä. Lisäksi oikean pakaran seudussa pinnallinen naarmu, noin 10 cm pitkä, ei näkyvää verta. Ei mustelmia. Palpatioarkuus oikean korvan takana ja oikean pakaran seudussa.

Teksti vie minut hetkeen, jolloin olemme Tomin kanssa päättäneet erota jo kolman-

nen kerran. Asumme vielä samassa osoitteessa, koska Tomi ei ole löytänyt uutta asuntoa.

Yhtenä iltana Tomi sieppaa luvatta kännykkäni, lukee saamani viestin ja tajuaa, että olen tavannut uuden miehen.

Näen kuinka raivo kerääntyy häneen. Alan selitellä ja vähätellä. Turhaan. Ehdin juuri kääntää pääni, kun nyrkki pamahtaa oikean korvani taakse. Putoan lattialle.

Tomi sylkee sanoja, huutaa, syyttelee ja haukkuu. Potku tulee koko kehon voimalla suoraan reiteeni, kuin kirves keskelle polttopuuta. Huudan ja itken, anelen Tomia lopettamaan, mutta hän ei ole vielä valmis. Hän tarttuu hiuksiini ja pamauttaa pääni sängyn jalkaan.

On tiistai-ilta, naapurit istuvat kodeissaan ja tiedän huutonikaikuvan rappukäytävän kautta kaikkiin talon keittiöihin, mutta kukaan ei tule, ei naapuri eikä poliisi.

Vihdoin Tomi lopettaa. Hän kävelee asuntoa edestakaisin, tarttuu puhelimeeni ja soittaa tapaamalleni miehelle. Kuulen, kuinka hän kertoo saaneensa tietää suhteestamme ja ”hermostuneensa” minulle.

Juoksen ulos. Samana iltana menen lääkärin vastaanotolle ja samalla viikolla teen rikosilmoituksen pahoinpitelystä. Lääkärintodistus liitetään osaksi esitutkintapöytäkirjaa.

PIENESSÄ KAUPUNGISSA juorut kulkevat nopeasti ja pian kaikki tietävät. Kulissini kaatuvat kolisten. Huomaan olevani halveksunnan kohde. Suurin osa ihmisistä tyytyy mulkoilemaan postissa tai ruokakaupassa, mutta osa ei malta olla ilmaisematta ajatuksiaan. Kun menen uudenvuodenaattona ystäväni kanssa baariin, tuttava haluaa minua.

”Toivottavasti olet ensi vuonna viisaampi”, hän kuiskaa korvaani.

Vastarintaan nouseminen on hämmästyttävän monen mielestä suurempi rikos kuin se, että minut on useaan otteeseen pa-



hoinpidelty. Moni näyttää ajattelevan, että mikäli olet liian itsenäinen, vahva tai suorapuheinen, ansaitsetkin saada turpaasi.

Asennevammoja pahemmalta tuntuu viranomaisten toiminta.

Vaikka minulle luvataan, että syyttäjä käsittelee lähisuhdeväkivaltatapaukset nopeasti, kuukaudet kuluvat eikä mikään edisty. Kun kevätsipulit pistävät päitään lumiläikkien välistä, tajuan, etten halua enää odottaa. Soitan syyttäjälle ja pyydän häntä jättämään tapaukseni käsittelemättä.

Hän suostuu mukisematta.

Kukaan ei kehota minua viemään asiaa loppuun tai rohkaise hankkimaan rangaistusta väkivaltaiselle miehelle. Yleisin kuulemani neuvo on: anna olla.

VAIN MUUTAMA kuukausi rikosilmoituksen jättämisen jälkeen palaamme Tomin kanssa taas yhteen. En enää pysty perustelemaan sitä itselleni, mutta niin tapahtui.

Lopullisesti eroamme vasta kun muutan pois kotikaupungistani. Vasta silloin saan riittävästi etäisyyttä tapahtumiin, ihmisiin ja tekoihin. Vasta silloin ymmärän, että elämää on muuallakin.

Kokemukset vetävät elämälleni uudet rajat. Tajuan, ettei väkivaltaa ole vain töniminen, potkiminen tai lyöminen vaan myös väkivallan uhka, pettäminen ja toisen tarpeiden vähättely. Silti vasta Joanna V. Hunterin teoksen lukeminen saa minut ymmärtämään, mikä on saanut sietämään huonoa kohtelua niinkin pitkään: olen uskonut omiin selityksiini.

Hunter on itsekin parisuhdeväkivallan uhri eikä hän hyväksy selityksistä enää yhtä ainoaa. Hänen mielestään edes karmivimmat ”jos lähden, hän tappaa minut ja lapseni” -selitykset eivät ole päteviä syitä elää pelossa. Aina löytyy joku, joka auttaa, hän tsemppaa.

”Eroaminen sattuu vain vähän aikaa, sitten voit mennä eteenpäin. Väkivaltainen suhde tekee kipeää 24 tuntia vuorokaudessa, seitsemän päivää viikossa, 365 päivää vuodessa”, Hunter kirjoittaa.

Minulle merkittävä on kirjan toinenkin viesti: Väkivaltaa kokenut nainen ei ole ikuisesti uhri. Jossain vaiheessa hänestä tulee selviytyjä. Ajatus auttaa minua ensin hyväksymään menneisyyteni ja sitten kääntämään sen vahvuudekseni. Minua ei nujerreta.

TÄRKEIMMÄN OPETUKSEN saan kuitenkin Helsingin keskustassa keskellä hämärtyvää iltaa. Jos minun, yhden väkivaltaa kokeneen naisen avautuminen voi muuttaa yhden ihmisen väärän käsityksen, mitä saisimmekaan aikaan yhdessä?

Päätän, että enää en ole hiljaa. Siinä missä palkkatietojen salaaminen on työnantajan etu, lähisuhdeväkivallan salaaminen on pahoinpitelijän etu. Vaikeneminen on tyhmää.

Minä en ole. **O**

suhteet

Miten minusta tuli

Jotkut tuntevat olonsa yksinäiseksi myös muiden seurassa. Mervi Juusola oli vuosia yksi heistä.

V

VILKUILEN ULOS IKKUNASTA ja toivon, että ulos tuijottelu saisi minut näyttämään vähemmän yksinäiseltä.

Istun penkillä auditorion aulassa ja odotan seminaarin alkua. Ympärillä hălisee parisataa samalla alalla työskentelevää ihmistä. He nauravat ja juttelevat. Vieressäni istuu toinenkin orpo. Hän on kolmekymppinen nainen, joka tutkii keskittyneesti kalenteria kännykästään ja huokuu epävarmuutta kuin teepannu vesihöyryä. →

ulkopuolinen?

Tuotakin olen tehnyt paljon. Kännykän räplääminen luo vaikutelman, että ihminen on yksin vain siksi, että hän hoitaa juuri Tärkeitä Asioita.

Yksinäiset kerääntyvät aina samaan nurkkaan, mutta eivät puhu toisilleen. Jo-kaisessa seminaarissa ja jokaisilla rockfestivaaleilla on aina yksinäisten penkki. Yksinäinen haistaa toisen samanlaisen ja hakeutuu viereen.

Vilkaisen portaikkoon. Pari entistä työkaveriani haluaa portaiden ylätasanteella. Voisin mennä juttelemaan, mutta en ole nähnyt heitä vuosiin. Ehkä he eivät enää muista minua. Tilanne voisi olla kiusallinen.

Selaan seminaariohjelmaa. Vilkuilen vuoroin ulos ikkunasta, vuoroin kelloani. Seminaari alkaa kymmenen minuutin kullutta.

KAIKILLA ON hetkiä, jolloin tuntee olevansa yksinäinen, vaikka on muiden seurassa. Minulla on ollut niitä keskivertoa enemmän.

Olen toimittaja ja kouluttaja, valmistumassa terapeutiksi. Kohtaan vuosittain satoja ihmisiä, katson heitä silmiin ja kuuntelen heidän tarinansa. Olen tehnyt sitä lähes parikymmentä vuotta. En ole ujo, pikeminkin puhelias ja rohkea, mutta silti tunnen usein itseni ulkopuoliseksi.

Aloin jo kouluvuosina uskoa tarinaa, etten kuulu tänne, en näihin kaveripiireihin, en tälle pienelle paikkakunnalle. En edes tähän perheeseen. Minun elämäni oli aina jossain muualla.

Ontto yksinäisyyden tunne iski varsinkin elämän kriisi- ja muutospaikoissa. Se tuntui, kun muutin parikymppisenä Amsterdamiin ja perustin uusperheen, ja silloin, kun erosin pitkästä avioliitosta. Kännykässäni oli satoja numeroita, muttei yhtään, johon olisin uskaltanut soittaa, kun olin tarvitsin tukea.

Vasta neljä vuotta sitten minulle selvisi, että minulla on ulkopuolisuuden tunnelukko. Samalla minulle selvisi, että siitä voi myös päästä eroon.

Paljon työtä se tosin vaatii.

TUNNELUKKO ON haitallinen toimintamalli, joka ohjaa ajatuksia, tunteita, havaintoja ja tekemistä ilman, että ihminen tiedostaa sitä. ”Tunnelukot syntyvät selviytymiskei-

JOPA TYÖKAVEREIDEN KANSSA JUTTELU OLI VAIKEAA. MIETIN AINA ETUKÄTEEN REPLIIKKEJÄNI: MITÄ VOIN JA SAAN SANOA JA MISSÄ VÄLISSÄ.

noiksi lapsuudessa ja nuoruudessa, jos lapsi ei saa tyydytystä luonnollisille emotionaalille tarpeilleen”, kertoo skeematerapeutti **Kimmo Takanen**, joka on kirjoittanut kirjan *Tunne lukkosi*.

”Ulkopuolisuuden tunnelukko muodostuu, jos lapsen yhteenkuuluvuuden tarve ei tyydyty.”

Skeematerapeutit ovat määritelleet 18 tunnelukkoa. Esimerkiksi alkoholistin lapsi voi kehittää selviytymiskeinokseen toisten miellyttämisen. Vailla turvallisia rajoja kasvanut taas suojaa usein itseään yli-mielisellä ja röyhkeällä elämänsenteella. Minä rakensin itsetuntoni suojalaastiksi ulkopuolisuuden muurin.

Takasen mukaan aikuinen toistaa lapsuudessaan oppimaansa toimintamallia, kun emotionaaliset tarpeet eivät tyydyty ja lapsuudesta tutut vaikeat tunteet nousevat pintaan.

Tunnelukko estää saavuttamasta päämääriä ja varastaa ihmiseltä elämäniloa, rentoutta ja mielihyvää. Suuri osa persoonasta jää käyttämättä ja siksi ihmisen on vaikea tuntea olevansa vapaa ja tyytyväinen.

”Ulkopuolisuuden tunnelukko on hyvin yleinen. Moni päätyy sen takia tiedostamattaan työskentelemään yksin, esimerkiksi asiantuntijana, freelancerina, konsulttina, kirjailijana tai terapeutina”, Takanen kertoo.

Viisi vuotta sitten olin tyypillinen ulkopuolisuuden tunnelukon kantaja. Ajattelin olevani tylsä ja ikävystyttäväni muita. Välttelin työpaikan illanviettoja, sukujuhlia ja taloyhtiön hiekkalaatikkoa, jossa olisi pitänyt osata jutella toisten äitien kanssa.

”Anna enemmän itsestäsi, älä eristäydy”, esimieheni sanoi kehityskeskustelussa.

Jopa työkavereiden kanssa juttelu oli vaikeaa, varsinkin jos pomo istui samassa

lounasseurueessa. Mietin aina etukäteen repliikkejäni: mitä voin ja saan sanoa ja missä välissä.

Monien mielestä olin varmasti vähän etäinen ja kova. Arvaan, ettei kanssani ollut luontevaa olla.

LUULEN, ETTÄ tunnelukkoni sai alkunsa jo silloin, kun potkin letkuissa keskussairaalan happikaapissa alle parikiloisena keskosena. Vietin sairaalassa monta kuukautta. 1970-luvun alussa keskosvauvat olivat aika yksin happikaapeissaan.

Ihmislapsi, joka on ihokontaktissa vanhempiinsa kaikki päivät, saa toisenlaisen lähdön elämäänsä kuin lapsi, joka säpsähtelee sinisenä happiviikset nenän alla ja parhantaa rääkymään joka kerta, kun radio sammutetaan.

Jo hyvin pienenä tunsin vahvasti, että olen vähempiarvoinen kuin muut lapset. Tunnelukon muodostumiseen vaikuttivat monet asiat, mutta varmasti eniten se, että muutamat lapset tekivät koko peruskoulun ajan päivittäin selväksi, että minussa on jokin väärää ja ärsyttävää.

Kun koulu loppui, olin valtavan helpotunut. Muutin pois pikkupaikkakunnan ahasta ympyröistä ja aloin rakentaa omanlaistani elämää.

Epävarmuuteni ja vierauteni haistettiin kuitenkin kaikkialla: kauppaoppilaitoksessa, uudessa kaveripiirissäni ja kesätyöpaikoissani. Kun vaihdoin iltalukioon, olin jo ihan lukossa.

Olin jäykkä ja kömpelö sanoissani. En soittanut kenellekään vaan odotin aina, että toiset soittavat minulle ja pyytävät mukaan. Elämä oli jatkuvaa toisten huomion ja hyväksynnän odottelua.

Sama ulkopuolisuuden tunne jatkui yli-

opistossa ja työpaikoissani mainos- ja media-alalla. Ryhmät jakautuivat aina mielesäni kahteen tai kolmeen leiriin. Toisissa leireissä olivat muut, yhdessä minä.

Lopulta aloin olla ulkopuolinen myös lapsuusperheessäni. En jaksanut pitää yhteyttä sukulaisiin, jätin sukujuhlat väliin enkä viitsinyt lähettää osoitteenmuutuskortteja. Unohdin vanhat ystäväni ja tungin kalenterini täyteen kunnianhimoisia työprojekteja.

Työholismi on ulkopuolisuuden tunnelukon kantajille yleistä. Ulkopuolinen puurttaa useimmiten liikaa töissä ja kotona, yrittää tehdä vaikutuksen ja ansaita mahdollisimman paljon rahaa, jotta voisi tuntea olevansa tärkeä ja hyväksytty.

”Lopulta tämä ei kuitenkaan toimi, koska saavutukset ja menestykset unohtuvat pian”, Kimmo Takanen sanoo.

”Silloin täytyy etsiä jatkuvasti uusia haasteita. Siis uusia hyväksynnän ja yhteenkuuluvuuden korvikkeita.”

LUKKONI ALKOI AUETA hiljalleen, kun sattumalta tutustuin työhni kautta skeematerapiaan. Sain käsiini **Jeffrey E. Youngin** ja **Janet S. Kloskon** kirjan *Avaa tunnelukkosi – Vapaudu elämään täydesti*.

Oli vapauttavaa saada selitys monille ihmishuuhdesotkuilleni ja sille, miksi olen niin lukossa. Otin tavaksi rassata lukkoani auki edes kerran päivässä.

Kirjassa kannustetaan altistumaan sosiaalisille tilanteille: Mene firman juhliin, vaikka ei huvita. Puhu kolmelle tuntemattomalle päivässä, edes muutama lause. Kuvittele, mikä voisi olla kamalinta, mitä voi tapahtua, jos menet juttelemaan puolittutule seminaaritauolla tai avaat suusi parikymmenen ihmisen illallisseurueessa.

Joka kerran, kun onnistuin käymään luontevan keskustelun hississä tuntematto-

ULKOPUOLINEN PUURTAA USEIMMITEN LIIKAA TÖISSÄ JA KOTONA, JOTTA VOISI TUNTEA OLEVANSA TÄRKEÄ JA HYVÄKSYTTY.

man kanssa tai jopa tutustumaan uuteen ihmiseen työmatkalla, onnen aalto pyyhkäisi lävitseni. Aloin janota lisää kohtaamisia.

Välillä tuli turpiinkin.

Kerran halasin voimani tunnossa ihmistä, joka ei todellakaan pidä halailusta. Kun seuraavan kerran tapasimme, hän nosti jo kaukaa kädet pystyyn ja sanoi: ”Mulla on sitten flunssa”.

Sain siitä kamalan morkkiksen ja tapaus hiersi välejämme pitkään.

MONET SAAVAT avun tunnelukkoihinsa skeematerapiasta. Tunnelukkoterapia pohjautuu kognitiiviseen psykoterapiaan. Minua auttoi ratkaisukeskeinen taideterapia. Maalasin kuvia ja kävin siten elämäni läpi vaihe vaiheelta. Maalaamalla pystyin käsittelemään myös niitä muistoja, joista oli liian vaikea puhua.

Terapiatyöskentely oli vapauttavaa, mutta välillä rankkaa. Joskus tärisin terapiasession jälkeen ja voin niin pahoin, että minun oli pakko hypätä ulos bussista kesken kotimatkan vetämään happea.

Vähitellen aloin tuntea, että lukko todella aukeaa. Yhden vuoden aikana siivosin elämästäni pois suuren määrän huonoja ihmisuhteita, joissa olin ajautunut samantyyppiseen asetelmaan kuin lapsuudessani, porukan ulkolaidalle roikkumaan.

Tilalle tuli monia valtavan hyväntahtoisia ihmisiä: uusia ystäviä, joiden kanssa vuorovaikutus oli jotain aivan muuta kuin aiemmat sosiaaliset kuvioni.

Huomaan lukon kuitenkin joskus aktivoituvan, kun joudun ristiriitaan työkavereiden kanssa. Silloin tuntuu herkästi siltä, että vaikka yritän olla reilu ja hyväntahtoinen, nuo muut ovat yhdessä minua vastaan.

Lukko lokahtaa kiinni myös silloin, kun minulla pitäisi olla täysi oikeus näyttää kaikki tunteeni toiselle – ja silti tuntuu, ettei minulla ole lupaa olla avoin ja läheinen.

”Ei ihminen koskaan pääse täysin tunnelukoistaan. Harjoittelemalla voi kuitenkin oppia uudenlaisen asenteen, jolloin ei enää ole niin vakavaa, vaikka joskus tuntisikin itsensä ulkopuoliseksi”, Kimmo Takanen kannustaa.

”Mutta itseään ei kannata pakottaa mihinkään, mihin ei ole valmis. Se yleensä vain lisää vastustusta omassa mielessä. Joskus on hyvä myös olla yksin.”

ERÄÄNÄ AAMUNA vähän aikaa sitten luin sähköpostia ja aloin itkeä. Tajusin, miten valtavan paljon olen saanut konkreettista tukea ja apua vajaan vuoden aikana lapsuuden perheeltäni ja ihmisiltä, joita en tuntenut vielä lainkaan vuosi sitten. Jokin näkymätön muuri oli murentunut: olin oppinut näyttämään, kun tarvitsin muita.

Olen huomannut, että kun avautuu ja alkaa hymyillä rennosti koko olemuksellaan, ihmiset tulevat lähemmäs luonnostaan.

Silloin voi tapahtua niinkin, että vanha työkaveri soittaa ja haluaa jutella luottamuksellisesti tukalasta työtilanteestaan.

Ajatella, jutella juuri minun kanssani. **O**

Tee tunnelukkotesti: www.tunnelukkosi.fi/testi.php



JA SITTE LASKU

Syyllisyyttä, kansanvalistuksen kauhukuvia, Martti Lutherin kiivailukohtauksia, epätoivoa, unohdusta, bingoa ja tangoa, kramppeja ja pikavippejä. Mutta myös iloa, yhteisyyttä ja huolenpitoa tärkeistä ihmisistä. Riku Korhonen selätti krapulan.

Riku Korhonen KUVITUS Jussi Kaakinen

MINUN ON VAIKEA YMMÄRTÄÄ ihmistä, joka ei koskaan humallu. En tosin ymmärrä meitä liian usein humaltuviakaan, mutta ainakin viihdyn seurassamme paremmin.

Minulta on joskus kysytty, miksi juon. Riippumatta siitä, onko kysyjä ollut äiti, ystävä, vieras tai vaimo, vastaus on yksinkertainen: juon koska humaltuessani minusta tulee onnellisempi, kiihtoisempi ja parempi ihminen – mutta totta kai vain tiettyyn promillerajaan asti.

Homo sapiens on luova, tutun todellisuuden rajoja ylittävä eläin, ja siksi hän on toisinaan myös juova eläin, mutta liikaa juotuaan hän on vain epäonnistunut eläin, kyvytön ylittämään katua, kyvytön napittamaan takkia, ky-

vytön kommunikoimaan lajitoverien tai itsensä kanssa, ja seuraavana päivänä hän voi huomata kadottaneensa puhelimen, pankkikortin tai jotain arvokkaampaa.

Monet lahjakkaat mielet ovat askarrelleet viinan ja sen jälkiseurausten parissa. Usein lopputuloksena on ollut sietämätöntä ryypäämisen mystifiointia.

Alkoholiongelman kanssa kamppaillut kirjailija Marguerite Duras lähestyi aihetta yhtä suorapuheisesti kuin ylipilosophiestikin keskusteluteoksessa *La vie matérielle*. Hän kertoi yhteentoistaan pullon kanssa ja sanoi ihmiskunnan löytäneen alkoholin siksi, että se auttaa meitä kestämään maailmankaikkeuden autiuden – kestämään planeettojen liikkeen, niiden järkähtä-

mättömän kierron avaruuden halki, niiden hiljaisen välinpitämättömyyden omaa kivuliasta elinpaikkaamme kohtaan. Hänelle viinanjuonti oli ihmisen yritystä korjata Jumalan poissaolo.

Mutta moniko juopotellessaan todella muistaa Jumalan poissaolon tai Jupiterin kiertoajan tai sen kuiden määrän tai niiden yhteenlasketun välinpitämättömyyden ihmisen kärsimyksiä kohtaan? Entä uskovaiset juopottelijat? Tunnen monia Jumalan huolenpitoon luottavia ihmisiä, jotka silti kaipaavat viinan innostavia vaikutuksia, kuin maallisena bonuksena.

Kunnioitan Duras’n kirjallista lahjakkuutta, mutta uskon hänen lörpötelleen viinasta liikoja. Hän yritti tehdä dokaamisesta eksistentialistista tähtitiedettä ja traagista teologiaa. Hän tähyisi liian korkealle ja kompastui periranskalaiseen retoriikkaansa.

Ei siis sysätä kännejämme ja krapuloitamme maailmankaikkeuden syyksi. Viina on tislattu väkevän maan antimista, ja maan päällä sitä myös käytetään, mieluiten toisten maan asujainten kanssa, yhteisessä pöydässä, jonka jalat pysyvät keskiyölläkin maassa.

Viina on vain tehokas seurustelujuoma. Juopunut on tuskin mikään metafyyssinen astronautti, yksin avaruuskapselin ulkopuolella, janoisena, pillinohuen napanuoran varassa, tähyämässä pimeän energian arvoituksiin. Jos alkoholista etsii korviketta mille tahansa absoluutille, ei voi kuin pettyä ja lopulta sairastua. Jumala ei ilmesty viskilasin kokoisesta astiasta vaikka niitä kumoaisi loputtomiin.

Duras halusi varoittaa viinan synnyttämistä luovuusharhoista: *Alkoholi on hedelmätöntä. Juopumuksen yössä puhutut sanat katoavat niin kuin itse pimeys katoaa uuden päivän alkaessa.*

Se on tietenkin totta. Mikä voisi olla todempaa ja turvallisempaa? Yötä seuraa aamu, humaltumista krapula, ja suurin osa ihmiselämästä on haaskattua aikaa, ohimeneviä iloja ja keskenkasvuisia oivalluksia. Harvaa päivälläkään lausumaamme sanaa kaiverretaan mausoleumimme seinään.

Humaltuminen hyvässä seurassa hävittää ajan-tajun ja liuottaa minuuden rajat. Eikä siitä seuraa-va krapula ole muuta kuin aikaa, joka ihmiseltä vie palata itseensä ja arkeen.

Aion pian esittää joitain ylistyksiä sekä viinan-juonnille että seuraavan päivän kohmelon oudolle selvänäköisyydelle. Mutta ensin minun on lausuttava kaksi varausta. Ensinnäkin olen aiheessa pelkkä keskiraskaan sarjan harrastelija. En ole koskaan kokenut delirium tremensiä enkä juopeltuani oksennellut verta, niin kuin Duras kertoi tehneensä. Asian-tuntijuuteni liittyy – ainakin vielä – vain känneihin ja krapuloihin, jotka ovat kestettävissä järjissään, ilman elektrodilappuja iholla tai ympärillä häärivää ensiapuryhmää.

Toiseksi tiedän viinan aiheuttavan Suomessa niin paljon todellisia ongelmia, tappoja, työkyvyttömyyttä, ennenaikaisia kuolemia ja perheiden hajoamisia, että tunnen jo etukäteen syyllisyyttä kevytmielistä juomista ylistävistä sanoistani.

Siksi haluan kantaa ohimennen vastuuni valistustyöstä. Paras kuulemani varoitus alkoholinkäyttöä vastaan on amerikkalaiselta stand up-koomikko George Carlinilta. Hän oli sitä mieltä, että lääketieteelliset kuvaukset alkoholin haitoista ovat liian abstrakteja. Hän ehdotti viinapulloihin tällaista tekstiä: ”Varoitus! Alkoholi muuttaa sinut samaksi perslèveksi, joka isäsi oli.”

OLEN HUOMANNUT ITSESSÄNI viinamaantieteellisen lainalaisuuden. Kun juopottelen ulkomailla, en yleensä kärsi krapulasta. On kuin kehoni ja mieleni olisivat niin kiinnostuneet vieraasta ympäristöstä, suuntautuneet niin vahvasti ulko-

maailmaan, etteivät ne tunnista oloaan runsaankaan juomisen jälkeen. Päähän ei satu, ei pelota, ei kaduta, eikä edes hotellin ylimmällä parvekkeella huimaa.

Ehkä koen nykyään krapulan jonkinlaisena suomalaisena kansallismaisemana. Millainen maisema se on? Ainakin se on henkilökohtaisesti tuttu useammalle suomalaiselle kuin ovat Aavasaksan vaaranäkymät tai Imatrankosken kohina.

Tässä kolme pikaista hahmotelmaa.

Ensimmäinen mielikuvani krapulan kansallismaisemasta voisi olla mistä vain kirkonkylästä tai kaupunginkolkasta. Aamuyhdeksältä korttelibaariin kokoontuu harmaakasvoisia miehiä ja naisia, joiden ilmeissä on aavistus hajanaisesta unesta ja hautajaissaatosta. Voimaton aurinko paistaa ikkunasta, levyautomaatti valehtelee, ja pöytiin kolahtelevissa tuopeissa oluen väri on surun väri. Puheet ovat vielä hiljaisia, mutta niiden alta aistii routakansan vakaan pyrkimyksen kumota sielun laskiämpärit pihalle ja tehdä päivästä aamua parempi. Tunti kuluu ja toinenkin, tuopit kolahtelevat, hymyt heräävät, ja rasittuneista aivoista versoo jo valoa tavoittelevia ajatuksia kuin lehtikärhiä her-nepenkestä. Pimeä alkaa olla voitettu, ehkei se enää palaa.

Toinen mielikuva on yksinäisempi. Se voisi olla Pohjanmaalta. Kenties eletään kevättulvien aikaa. Veden upottamien peltojen reunaa tärisee kumara mies, taakka kädessä, menee koivujen ja pajujen ohi, etenee pää painettuna niin kuin synnintuntoinen suomalainen simeoni etenee, parannuspäivän nurru-poika palauttamassa puoli vuotta sitten naapurilta lainattua moottorisahaa. Sillä ei ole lainaamisen jälkeen sahattu mitään. Mutta asiat on hoidettava kuntoon yksi kerrallaan. Ensin lainat, sitten oma talous, sitten sielu. Tiellä tarpova hahmo muistuttaa ahdistunutta kysymysmerkkiä, joka tahtoisi katkeä otsan äidin limpuntuoksuiseen esiliinaan. Siellä taskussa oli aina Sisu-rasia. Mutta äiti on kuollut, tulva nousee, taivas on loputon, ja viinaa tekee mieli. Sähkölangalla raakkuu oman-tunnonmusta varis. Sen yksinuottisen huudon voisi suomentaa näin: Ihminen, mitä itsellesi teet, tällä korealla tasamaalla?

Kolmas kuva voisi olla suomalaisittain suuresta kaupungista, vaikka Turusta, vaikka vapunpäivältä, Vartiovuorenmäeltä, kun tuhannet ovat kokoontuneet metelöimään yhteen ääneen. Pullot pokshtelevat, tölkit rasahtelevat. Siinä juhlitaan työtä, ystävyyttä, rakkautta ja henkevyyttä ja korjataan eilisen jälkiä, pahan historian jälkiä. Valkolakit vakuuttavat, että niiden alla mieli on vielä terävä ja sydän puhdas. Eihän touhussa mitään järkeä ole, mutta ilman sellaisia päiviä olisimme nujerretumpaa väkeä. Kansantaloudellisista menetyksistä huolimatta päättäjätkin voivat olla huoletta. Vapunpäivän massakrapuloita lähemmäs vallankumousta tämä poliittisesti hampaatton kansa tuskin uskaltautuu.

Suomalaisessa krapulamaisemassa toisiinsa sekoittuu syyllisyyttä, kansanvalistuksen kauhukuvia, Martti Lutherin kiivailukohtauksia, verta ja aviorikoksia, epätoivoa, unohdusta, bingoa ja tangoa, kramppeja, taivaskaipua ja pikavippejä, mutta myös iloa, yhteisyyttä, lohdutusta, huumoria ja halua pitää tärkeistä ihmisistä huolta, vaikka vain hakemalla ämpäri vuoteen vierelle ja pudottamalla poretabletti vesilasiin.

Suomi on viinan voitelema yhteiskunta. Minua se ei häiritse, sillä pidän sekä viinasta että useimmista ihmisistä. Positiiviseen alkoholikuvaani on vaikuttanut se, etten lapsena joutunut näkemään perheessä tai lähisuvussa ketään, jonka alkoholinkäyttöä muiden olisi tarvinnut pelätä.

Ymmärsin kyllä jo raivoraittiina pikkupoikana, että oli olemassa aine nimeltä viina. Kun se otettiin juhliissa esiin, tunnelma sähköistyi hieno-

KUVITTAJAN EDUSTAJA: NAPA ILLUSTRATIONS.





varaisella tavalla. Lasit kohoilivat, ja aikuiset nojautuivat eteenpäin ja alkoivat katsoa toisiaan suoremmin silmiin. Kohta he nauroivat, lauloivat ja puhuivat kiinnostavammin kuin tavallisesti. Siinä sivussa lapset toimittivat omia leikkejään, vielä syntymähumalan siunaamia. Seuraavana päivänä aikuiset nukkuivat tavallista pidempään ja näyttivät aamiaispöydässä pörröisiltä ja hajamielisiltä.

Oikeastaan ainoa nuorena oppimani viinan kiro oli salajuopottelun naurettavuus.

Kun olin teini-ikäinen, perheeni vietti joulut isovanhempieni luona Pohjois-Karjalassa. Aattoiltana saunan jälkeen isoisään iski toimeliaisuus. Hän sanoi käyvänsä katsomassa pannuhuoneen lämpökattilaa, mutta tosiasiassa hän vieraili alakerran verstashuoneessa, johon oli piilottanut Koskenkorvan. Muut joivat vettä, maitoa, mummin viinimarjamehua tai kotikaljaa. Isoisä juoksenteli tarkkailemassa lämpökattilaa ja palasi ylös aina hiukan iloisempana, kovaäänisempänä ja kasvot punoittavampina.

Riittävän monen verstaskäynnin jälkeen runollinen tunne valtasi hänet. Hän haki työhuoneesta kirjoituskoneella kirjoitetun liuskan, seisoi sukulaisten keskellä, koristellun kuusen vierellä, pitkissä alushousuissa – se oli hänen maanläheinen lyyrikonasunsa – ja alkoi lausua.

Hänen kirjoittamansa runo oli nimeltään *Jouluyön vaeltajat*. Se kertoi itämaan tietäjistä matkalla Jeesus-lapsen luo. Runo oli mitallinen,

mutta sen mitta hoiperteli ja riimit kompuroivat. Muistan yhä yhtä hyvin isoisän innoittuneen ilmeen kuin useita luomisvoimaisia säkeitäkin: *Loistaa suuri tähti yössä silmihin / tietään nyt he jatkaa mielin valoisin. / On kuin uutta voimaa tähdestä säteilee / ja se heitä ohjaa luokse seimehen.*

Seurasin jokajouluista runoesitystä epäuskoisena niin kuin seurataan hiukan hullun sukulaisen käytöstä ja pidättelin naurua. En ymmärtänyt juopottelusta mitään, mutta aavistin ukin tekävän etikettivirheen. Hän joi yksin ja salaa, tarjoamatta muille aikuisille, ja maksoi siitä pellenveron.

OLEN NOIDEN VUOSIEN JÄLKEEN harrastanut yksin juopottelua riittävästi tietääkseni sen olevan vaarallisin ja tappavin viinankäytön laji. Yksin juodessaan ihminen saa pitää nerolliset mieleenjuolahdukset itsellään, mutta luultavasti juuri se on hänelle haitaksi. Kun seuraava päivä koittaa, hänellä ei ole todistajaa hauskuudelleen, hänellä ei ole todistajaa hölmöyksilleen, ja kaikki voisi yhtä hyvin olla unta kuin salaa kehittyvää elämäntapaongelmaakin. Totta kai krapula on raskain jakautuessaan yksille harteille.

Kolmisen vuotta sitten keskustelin viisikymppisen ystävän kanssa tuoppien äärellä. Hän oli pahassa krapulassa, juonut viikon, enimmäkseen yksin kotona, mikä näkyi onnettomista kasvoista, ja ääni pihisi kurkusta heikosti kuin kukkopillin harjoituskappaleesta.

”Mä menin viikon aivan automaattiohjauksella”, hän vaikersi.

Kysyin, mikä siinä oli ollut pahinta.

”Se että mä menin niin kokonaan sisäänpäin.”

Hän oli kulkenut kodin ja Alkon väliä ja kotona juonut pullot tyhjiksi ja kuunnellut tietokoneelta bluesia, kunnes oli sammunut. Seuraavana päivänä kierros toistui, koska pahan olon takia sen oli pakko toistua.

Istuimme silloisen kantabaarimme perällä, ja ystäväni näytti pelokkaalta ja säälittävältä. Älykäs, herkkä ja kirjallisesti lahjakas mies oli joutunut erään olemassaolon perustilanteen ääreen: Hän ihmetteli käytöstään eikä ymmärtänyt itseään. Hän ei tiennyt syytä juomiseen, ja siksi myös krapula ahdisti kuin selittämätön sisäsyntyinen myrkkypilvi.

Pienessä *In Praise of Hangovers* -teoksessa toimittaja ja olutasiatuntija Evan Rail yrittää auttaa krapulaisia ja etsii tilasta kiittollisuudenaiheita. Hän toteaa saaneensa jotkin parhaista ideoistaan kankkusessa ja käy läpi neljä muuta syytä ylistää krapulaa.

Ensinnäkin krapulassa modernin ihmisen liialliset valinnanmahdollisuudet kuroutuvat minimiin, turhakkeiden merkitys katoaa, kaikesta tulee pelkkää selviytymistä, ja krapulainen oppii hyväksymään ympäristön sellaisena kuin se on, ei sellaisena kuin sen toivoisi olevan.

Toiseksi hyvä krapula voi olla ”yhtä salaperäisen ja täynnä symboliikkaa kuin Kristuksen kärsimysnäytelmä”, se voi lähestyä ”yhtä arvoituksellisen merkityksellistä uskonnollista kokemusta kuin Eleusiin tai Mithran palvelusmenot”.

Noiden tuntemusten lisäksi krapula saattaa antaa ihmiselle terveellisen, nöyräksi tekävän muistutuksen omasta idioottimaisuudesta ja vakuuttaa pahoinvoivan hetkellisesti siitä, että kaikki voi sitenkin muuttua vain paremmaksi.

En ole amerikkalaisen Railin luettelemista perusteluista täysin eri mieltä – en tosin rinnastaisi enustamattomia krapulaisia mystiikanvälähdyksiä järjestäytyneen maailmanuskonnon keskeisiin kuviin – mutta ihmettelen niiden epäsosiaalisuutta.

Rail ei mainitse niin yksinkertaista ja ilmeistä iloa kuin krapulaisten rikkinaistä, myötäelävää kanssakäymistä, varsinkin parantavien maljojen äärellä, tietysti vain siinä tapauksessa, ettei niistä tapella vesuri kädessä. Railin kuvauksessa yksinäinen kartesiolainen krapulasubjekti pohtii oloaan ja suhdettaan maailmaan ilman, että tapahtuu minkäänlaista vuorovaikutusta – ja inhimillisen vuorovaikutuksen positiivisia muotojahan on pohjimmiltaan vain kaksi, juttelu ja seksi.

Yleensä ystävien kanssa jaettujen puhelioiden krapula-aamujen opeus on optimistinen ja banaali: elämä on kivaa, ihmiset ovat kivoja, eikä viina mikään myrkkä ole, yhdet vielä ja huomenna töihin. Mutta olen käynyt krapulassa krapulaisten kanssa myös järkyttäviä keskusteluja, varsinkin itseäni vanhempien ventovieraiden miesten kanssa. Olen puhunut baarissa ammatittjuoppojen kanssa isien ja poikien suhteista avoimemmin kuin uskaltaisin puhua oman isäni kanssa, olen kuullut miltä tuntuu oivaltaa tappaneensa toinen ihminen, olen kuullut pitkien avioliittojen kehityskaaria hurmiosta hehkun loppuun. Ne eivät yleensä ole olleet yleviä tarinoita, mutta nuo keskustelut ovat opettaneet minua, enkä usko, että olisin voinut käydä niitä missään muualla, millään hyödyllisellä hetkellä, ja siksi olen niistä kiitollinen.

Krapulainen ihminen on – kirjailija Juhani Syrjän määritelmän mukaan – ”hyvää tekevällä tavalla suojaton todellisuutta vastaan”. Parhaimmillaan se tarkoittaa rehellisyyttä puheissa, kykyä paljastaa perimmäinen outoutensa ja hallitsemattomuutensa, koska sillä hetkellä menetettävää tuntuu olevan niin vähän. Mutta tietenkin outous ja hallitsemattomuus ovat osittain juuri viinankäytön aiheuttamia.

Brittiläinen kirjailija ja viinamäen mies Kingsley Amis jakoi krapulat fyysisiin ja metafysiisiin. Hän halusi nostaa krapulasta näkyviin ruumiillisten oireiden lisäksi ”koko sen valtavan, epämääräisen, kauhean ja kimmeltävän metafyyssisen superrakenteen, joka tekee krapulasta (onneksi) ainutlaatuisen tien itsetuntemukseen ja itseoivallukseen”.

En usko, että hän puhui aiheesta turhaan.

KOIN ENSIMMÄISEN KRAPULAN seitsemäntoistavuotiaana Eastbournessa, Etelä-Englannissa. Olin lukiokaverini kanssa kielikurssilla. Oli toinen tai kolmas iltamme kaupungissa. Olimme käyneet viinakaupassa, ja minun valintani oli kolmen vartin Smirnoff-vodkapullo.

Korkkasin pullon meren äärellä, pikkukivirannalla, kolmesataametrisen puulaiturin vierellä. Olin täysi amatööri. En tiennyt annostelusta mitään. Kumosin pullon kymmenessä minuutissa. Se maistui hirveältä, mutta tunsin henkisen kasvuni vaativan sitä.

Ensin vodka toimi hienosti. Aloin puhua nopeammin kuin koskaan.

Istuin kivillä, katselin merelle ja täytyin demonisella, kissaeläinmäisellä energialla, joka tuntui hiipivän hyväntahtoisesti vesirajan molempiin suuntiin, kaikkia rannalla ja laiturilla kulkevia ihmisiä kohti. Iltataivaan kokoinen euforia täytti tajuntani. Nousin pystyyn, aloin pomppia, heilua ja kaatuilla. Pian makasin naama viileitä kiviä vasten, kykenemättä nousemaan.

Yritin pyytää, että joku pelastaisi minut, mutten pystynyt puhumaan. Englannin kanaalin verkkainen aallokko muuttui infernaaliseksi pesukoneeksi, jossa kiepuin pimeyden pesuohjelmasta toiseen, välillä minua talutettiin, välillä näkyi vain vilahduksia kadusta ja jaloista, ehkä omistani, sitten istuin autossa ja nojasin päätäni johonkin, ovi avattiin ja minut raahattiin ylös portaita ja syvimpään tajuttomuuteen, jossa olin vauvaiän jälkeen käynyt.

Avasin silmäni. Makasin sängyssä vaatteet päällä. Oli aamu. Kaverini katsoi minua yläsängyn reunan yli ja nauroi. Hän kertoi, mitä yöllä oli tapahtunut, mutten uskonut sanaakaan, koska ytimiin viiltävä epätodellisuuden tunne esti uskomasta mihinkään.

Kielikurssin tapaamiset järjestettiin kirkon naapurissa seurakunnan tiloissa. Jouduin poistumaan kesken opetuksen.

Nojasin kirkon seinään ja oksensin. Pääni yläpuolella oli pieni musta kyltti. Tuijotin sitä ja pyyhkin suutani. En pystynyt ymmärtämään kyltin tekstiä, vaikka olin lukenut T. S. Eliotin *The Waste Landin* ja mielestäni ymmärtänyt siitä jotain.

Iltapäivällä isäntäperheemme tarjosi lihaa, vihanneksia ja keitettä kaalia. Heidän nimensä olivat muistaakseni Jean ja Pete. He olivat eläkeikäisiä samojediharrastajia, ja Jean oli esitellyt meille jo kuolleen samojedinartun karvoista tehtyä villatakkia, joka haisi yhtä pahalta kuin suussani sillä hetkellä maistui. Jouduin käymään vessassa kesken aterian. Kun palasin pöytään, kaalivuori lautasellani oli kaksinkertaistunut. Istuin, nieleskelin ja ihmettelin mitä oli tapahtunut. Lukiokaverini hymyili ja osoitti omaa tyhjää lautastaan. Haarukoin kohteliaana kaalia, yritin pitää sen sisälläni ja tunsin, että hienon popmusiikin takia ihailemani Britannia oli rikinahuinen helvetti, jonka homeisissa kylpyhuoneissa oli rumat kokolattiamatot.

Tuollaisten päivien muisteleminen on tietenkin enimmäkseen yhdentekevää krapulanostalgiaa. Mutta ensimmäisen krapulani muistoon sisältyy myös itsetuntemuksen elementti. Kun ilta eteni, pahoinvointi alkoi talttua, pelko ei. Istuin hiljaa olohuoneen nojatuolissa. Näin kaiken aikaa välähdyksiä edellisillan rannalta. Halusin kokea sen outouden

Krapulaa.

Krapulainen.

Krapulainen.

uudestaan. Näin kuvia pitkätukkaisesta laihasta pojasta kaatuilemassa vodkapullo kädessä kuin jokin yleisönsä karkottanut invalidiklovni. Katselin hänen holtittomia liikkeitään ja tunsin aavistuksia. Ei hän ollut millään kielikurssilla. Hän oli oppimassa uusia tapoja olla vaaraksi itselleen.

Krapulainen.

EVAN RAIL EI MAINITSE kankkuskirjassaan sanallakaan seksiä, mikä on jo riittävä syy suhtautua hänen krapulaylistyksiinsä epäilevästi. Kenties aiheesta pidättäytyminen on pohjoisamerikkalaista puritaanisuutta, kenties *The New York Timesin* kirjoittavan toimittajan poliittista korrektiutta.

Kingsley Amis taas on itsekeskeinen brittiläinen utilitaristi, joka käsittelee seksiä yhtä sikamaisen hyötyhakuisesti kuin krapularuoaksi suosittelemiensa greippien syömistä, vailla nöyryyden ja aistillisuuden häivää, tapoihinsa piintyneen imperialistin tyyliin:

Mikäli vieressäsi on vaimosi tai joku toinen kumppanisi ja mikäli hän on (tietysti) suostuvainen, suorita seksuaalinen kanssakäyminen niin pontevasti kuin pystyt. Tämä harjoitus tekee sinulle hyvää ja – olettaen että pidät seksistä – huomaat sen parantavan emotionaalista virettäsi.

Aiheeseen perehtyneet onnekkaat tietävät, että rakkaudentäyteinen krapulaseksi on parhaimmillaan virheetöntä pelastustyötä, intohimoa, vastuuta, enkelten opastusta ja huolenpitoa inhimillisestä heikkoudestamme. Pahimmillaan se on inhoa, hikoilua ja spriihin säilötyksi kastemadoksi muuttumista. Mutta minusta tuntuu, että tuo aihe on liian vakava käsiteltäväksi näin kepeässä kirjoituksessa. Siksi kohotan katseen vuoteen yläpuolelle, laveammalle tasolle, kohti yleisluontoista ihmisrakkautta, joka joidenkin krapuloiden täyteläisten purppurasävyjen keskellä viriää.

Mielenkiintoisessa tunnustuksellisessa *Minotauros*-teoksessa Juhani Syrjä kuvaa Persianlahden sodan välivaiheen aikoihin osunutta krapulaisen lemmeikästä sunnuntaaamua näin:

Epämiellyttävästä ja hieman pelottavistakin oireista huolimatta olin tussa kaiken rakastamisen tilassa, jota olin oppinut odottamaan ja jota juomisellani onkeilinkin enemmän kuin ylivahvan kontrollini takia aina vai- suksi jäävää humalaa. Pakottavan kovana krapulaa seisovasta elimestäni tuntui lähtevän jonkinlainen rakkaustuntemusten kehä, joka naiseuden li- säksi pyrki sisällyttämään piiriinsä kaiken havaitsemani.

Syrjän yhtä hieno kuin huvittavakin kosmisen krapulapanetuksen ku- vaus on tuokiokuva hetkestä, jolloin ihminen kuin sattumalta sovittaa yhteen rakkaudentarpeensa ja kuoleman kyvyn tyhjentää kaikki yksilön tarpeet. Eräs seisokin, pahoinvoinnin ja sotauutisten yhteisvaikutuksia pohtiva kappale on niin painokas, että ansaitsee tulla lainatuksi kokonaan.

Vatsan ja housunkauluksen välisen tilan turpeasti täyttävä elin ei tästä todellisuuden pommituksesta kuitenkaan lannistunut. Se seisoi elämälle ja kuolemalle. Nielekelin ja henkäilin sydämen lisälyöntien pakottamana, oi- reistani ahdistumatta. Näin nuoret sotilaat makaamassa paareillaan veres- tä puhtaiksi pestyinä, äärimmäisen levollisina ja tyydytettyinä, oman kuolemansa siittäneinä. Tunsin, että kaipaamani akti, jossa peniksen sokea ja tuntoherkkä pää rytmillisesti hankautui päin naisellisen elimen lämpimän- liukkaita sisäpintoja ja työntö työnnoilta vääjäämättä läheni orgasmia, oli elämän kuva, ja että syntyvään jo hedelmöittävässä purkauksessa ladattu kuolema oli kokemuksena palkitseva: tyhjää vasten piirtyvänä ajattomasti jatkuva orgastinen herpoaminen.

En tiedä, voiko tuollainen oivallus kestää ja auttaa tekemään töitä tyy- nemmin ja kasvamaan viisaammaksi, mutta kun muutama vuosi sitten luin kuvauksen ensimmäisen kerran, koin liikuttuneen heureka-hetken. Uskon tietäväni, mistä Syrjä puhui.

Eräs oma vastaava eheytymisoivalukseni tapahtui – hölmöä kyllä – Ruotsin-risteilyllä, sattumalta, krapulassa. Oli kevät 1995.

Olin 23-vuotias. Vajaata vuotta aiemmin tapahtuneen humalaisen onnettomuuden jälkeen muut ihmiset olivat pelastaneet henkeni ja kur- sineet minut kasaan, ja minua painoi velanmaksun taakka. Toivuttuani tarpeeksi olin alkanut taas juopotella ja rikkoa itseäni. Eräs hullu ämmä särkei päähäni kaksi tuoppia, hiukan myöhemmin mursin itse oikean sää-

Krapulainen.

Krapulainen.

Krapulainen.

riluuni. Nyt kuljin kyynärsauvoilla ja halusin jo säästää muut ihmiset sisälläni piilevältä seuramieheltä. He olivat antaneet minulle elämäni takaisin, mitä vastavuoroista voisin ikinä antaa heille? Heti kun raotin ulko-ovea, alkoi tapahtua ikäviä.

Lietolainen ystäväni Sauli soitti ja houkutteli minut laivamatkalle. Suostuin vastahakoisesti. En ollut vähään aikaan ollut ihmisten parissa ja pelkäsin heitä.

Menomatkalla oli myrsky. Laiva keinui pahasti. Istuimme diskossa, joimme, juttelimme ja katselimme toimettomina naisia. Kun myrsky yltyi, tuopit alkoivat kaatuilla ja lasit särkyä. Ihmiset hoippuivat ja törmäilivät seiiniin, ja kaiteiden reunustamalla tanssilattialla väki heittelehti laidal- ta toiselle huutavana ja käsiä viuhtovana röykkiönä.

Edellissyksyisen Estonia-onnettomuuden muisto oli vielä niin tuore, ettei myrskyävä meri voinut olla herättämättä pahaenteisiä tuhoajatuk- sia ja mielikuvia käytäville tulvivista vesimassoista. Mitä jos keulaluukku pettää taas? Mutta levottomassa diskossa tuntui vallitsevan anarkistinen fatalismi: Jos tänä yönä upotaan, mennään sitten yhdessä ja ginipaukut kädessä. Minäkin raahustin lattialle ja yritin tanssia kyynärsauvoihin no- jaten, mutta laiva kallisteli niin jyrkästi, etten pysynyt pystyssä.

Aamulla heräsin ohimoluita nuijivaan krapulaan mutta hyväntuuli- sempana kuin aikoihin. Merenkäynti oli tyyntynyt. Suihkun jälkeen läh- dimme hytistä ja istuuduimme baariin. Siellä esiintyi trubaduuri, joka esitti muiden muassa Neil Youngin lauluja. Ympäriällämme istui toisia krapulaisia, osa mykässä apatiassa, osa tuossa kovaäänisessä ja alatyy- lisessä rehvastelutilassa, jota Itämeren laivaturismi aiheuttaa.

Ulkona paistoi kevätaurinko. Kevyesti aaltoileva meri näytti niin rau- halliselta, että sen varaan olisi uskaltanut laskea vastasyntyneen keh- dossaan. Jalkoväliäni kivisti krapulan riehaannuttama halu, joka paljasti kuinka yksinäiseksi vartaloni itsensä tunsii.

Join ehkä toista viskiäni ja kohotin katseen. Ihmiset kulkivat käytä- vällä, perheet, parit, juoksevat lapset, vanhukset, humalaiset ja krapu- laiset. Peliautomaatit ujelsivat ja kilisivät. Tunsin viskin lämmön leviä- vän sisääni ja avaavan silmäni. Kaikki ympärilläni täyttyi läpitunkevalla valonhehkulla. Tuijotin näkyä hämmentyneenä.

Öisestä myrskystä selvinnyt laiva muuttui silmissäni jonkinlaisek- si allegoriaksi ihmiskunnan yhteen kietoutuneista kohtaloista. Joku oli tehnyt lujuuslaskelmat ja suunnitellut rungon, joku oli hitsannut sen, joku laskenut laivan vaarallisille vesille, joku oli ruorissa, Neil Young oli säveltänyt laulunsa matkaa kannustamaan, ja joku oli tislannut viinan – saattoiko se muka olla pelkkää viinaa? – jota siinä melko tyytyväisinä naukkailitiin. Jokainen huonekalu, jokainen tavara verovapaiden myy- mälöiden hyllyillä, joka ainoa vaate ihmisten päällä oli toisten ihmisten työtä. Myös ihmiset olivat toisten ihmisten työtä. Sillä tavalla ihmiskunta toimi ja uusiutui, outo itsestään sikiävä, ennustamaton ja kekseliäs or- ganismi rakkauden ja kuoleman aallokoilla, jotka olivat loiskineet vuo- similjoonia, eikä minulla ollut mitään keinoa suojautua niiltä.

Täytyin valoisalla hyvinolontunteella, jossa oli yhtä paljon aivotonta kiimaa kuin hengellistä kiitollisuuttakin. Tunne kesti noin puoli tuntia, enkä ole kokenut mitään vastaavaa ainoassakaan kirkossa. Ruotsinlai- va oli hetken lastattu kauneudella. Sitten valoelämys hiipui ja ihmiset ympärilläni alkoivat näyttää tavallisilta merituristeilta.

Yritin selittää tuntemuksiani Saulille, mutta sanani kuulostivat niin yliampuvilta, että keskustelu aiheesta tyrehtyi nopeasti.

Elämänmotivaatiota ylläpitävät seikat ovat pitkälti järjellä selittämät- tömiä. En väitä ymmärtäneeni, mitä mielessäni tuona krapula-aamuna tapahtui. Tiesin vain, että tunne teki hyvää ja valoi minuun uskoa, jota vaikeiden aikojen jälkeen tarvitsin.

Yleensä krapulat ovat ankeita, ketään hyödyttämättömiä myrkytysti- loja, joista haluaa selvitä mahdollisimman nopeasti ja huomaamattomas- ti, vähän kuin kulkisi kaatopaikan ohi. Mutta parhaimmillaan ne voivat olla alitajunnan lahjoja, jotka rohkaisevat vielä vuosien päästä ihmisen puntaroidessa päiviensä ja tekojensa hyvää ja pahaa.

Krapulainen.

Krapulainen.

Krapulainen.

OLI HEINÄKUINEN TIISTAI vuonna 2011, kai Utøyan joukko- murhan jälkeisellä viikolla. Heräsin ja tuijotin kattoa. Vilkuilin ympärilleni. Makuuhuone oli omani, vuode oli omani, henkeni ja ruumiini eivät. Makasin peloissani. Kuulosti, ettei asunnos- sa ollut muita. Kutsumattomat vieraat olivat pääni sisällä.

Menin vapisten kylpyhuoneeseen. Peilissä naamani näytti puhki pot- kitulta 50-luvun rugbypallolta, turpealta ja surulliselta. Oikeasta suu- pielestä kulki kuivunut verinoro posken yli korvan juureen. Ihmettelin, olinko oksentanut verta – ä la Marguerite Duras – vai mitä oli tapahtu- nut. Tutkin korvalehteäni. Siinä oli kaksi reikää, jotka näyttivät ham- paiden jäljiltä. Veri oli siis nukkuessani valunut korvasta suuta kohti, ei toisinpäin, mikä tuntui melko vaarattomalta. En keksinyt ketään, jolla olisi ollut syytä raadella korvaani, enkä itsekään yltänyt puremaan sitä. Oliko minulla koira, jonka olin unohtanut?

Seisoin peilin edessä, ylläni krapulan kauhea ja kimmeltävä meta- fyysinen superrakenne, jota Amis kuvasi: ahdistusta, itsevihaa, epäon- nistumisen tunnetta ja tulevaisuuden pelkoa. Muistin edellisiltä päiviltä välähdyksiä, juoksentelua Turun baareissa, lopu- tonta puhetta, yhä uusia tuoppeja ja jalluja, syö- mättömyyttä ja kompurointia.

Tiesin pelanneeni vähiä valttikorttejani väärin. Olin humalassa rikkonut eräitä vanhemmilleni an- tamiani lupauksia, ja vaimoni oli sanonut menettä- neensä kunnioituksensa minua kohtaan. Sisareni suunnitteli välien katkaisemista.

Yritin lohduttaautua ja ryhdistäytyä. Pahuudesta ei ollut kysymys. Muistutin itseäni, etten ole kos- kaan juopotellessani joutunut putkaan tai tappe- luun. Yleensä olin humaltuessanikin herrasmies, humaani hengennostattaja, niin kauan kuin osasin puhua. Itse asiassa lähimmät saivat olla kiitollisia tuntiessaan minut, iloisen mutta kypsymättömän keski-ikäisen miehen.

Mutta mikään halpa itsehuijaus ei toiminut. Tunsin olevani anteeksipyyynnön velkaa vanhem- mille, sisarelle, vaimolle, joillekin ystäville, useim- mille naapureille ja miksei varmuuden vuoksi vaik- ka koko Mongolian kansalle.

Hiukan aiemmin kesällä vaimoni oli puhunut puhelimessa ystäväni Jonin kanssa, ja Joni oli raa- hannut minut ulos baarista, jossa lojuin olut- ja kossumarinadissa. Hän toi minut autollaan kotiin. Olin istutunut olo- huoneeni lattialle, syyttänyt tupakan ja sanonut haluavani kuolla. Sel- lainen ei ollut tapaistani. Jotain outoa oli tapahtumassa.

Tuijotin kasvojani ja mietin, tuoltako alkoholistin kasvot näyttivät.

Olin joskus tutkinut Maailman terveysjärjestön laatimaa alkoholin- käytön haittoja kartoittavaa AUDIT-testiä. Muut kysymykset olivat asi- allisia ja mielenkiintoisia, ja pohdin niitä tosissani, mutta sitten vastaan tuli tämä: Jäikö jotain tekemättä?

Hah. Jumalauta. Saman kysymyksen voisi heittää joillekin tuntemille- ni ikävystyttävälle absolutisteille. Jäikö jotain tekemättä? Jäikö sanomat- ta kumppanille tai muille ihmisille päivän mittaan ainoatakaan hauskaa asiaa, jäivätkö mielenkiintoiset ajatukset muotoilematta, tuliko itse asi- assa osoitettua minkäänlaisia elonmerkkejä?

Olin tottunut uskomaan, että ihminen saa elää miten haluaa, kunhan huolehtii vastuistaan, lähinnä työstä ja suhteista lähimpiin. Nyt aloin ymmärtää, että yhtälö oli vaikeampi kuin olin luullut.

Olin kolme vuotta aiemmin lopettanut opettajantyön ja jäänyt kirjai- lijaksi. Sinä aikana alkoholinkäyttöni oli selvästi lisääntynyt. Kesällä 2011 olin juonut enemmän kuin koskaan ennen. Tappelin kasaan romaania, jonka eteen olin tehnyt valtavan, suhteettoman pohjatyön. Tilaustyöt su- juivat, romaani ei. Ahdistuin, join, ahdistuin lisää. Siinä ei ollut mitään

Krapulainen.

Krapulainen.

Krapulainen.

omaperäistä tai kekseliästä. Välillä juomiseni ei ollut humalahakuista, se oli tajuttomuushakuista.

American Journal of Psychiatry -lehdessä julkaistun Nancy Coover Andreasenin tutkimuksen mukaan 30 prosenttia amerikkalaiskirjailijois- ta oli alkoholisteja, kun ei-kirjailijoiden verrokkiryhmässä prosenttiluku oli seitsemän. Baarimikkojen ammattikunnan jälkeen kirjailijat kärsivät useimmin maksakirroosista. Eikä viina vienyt vain niitä, joilla oli vaike- uksia työn kanssa. Amerikkalaisista nobelisteista ainakin Sinclair Lewis, Eugene O’Neill, William Faulkner ja Ernest Hemingway olivat juoppoja, John Steinbeck kulki kai niillä rajoilla, menoveteen piirretyllä viivalla.

Mutta mitä kaltaisellani turkulaiskirjailijalla oli noiden etanolin- huuruisten jättien kanssa tekemistä? Jos Truman Capote oli kännissä kaatunut ja katkonut hampaitaan, tekikö se minun ruhjeistani yhtään kirjallisempia tai kunniallisempia?

Punnitsin hyötyjä ja haittoja. Olin juodessani kokenut hienoja sosi- aalisia hetkiä ja iloa ja uskoakseni tuottanut iloa muillekin. Mutta olin humalassa myös murtanut sääreni, murtanut niskani, ruhjonut silmäkul-

mani, olin kaatuessani halkaissut huuleni kolme kertaa, pääni oli tikattu ainakin viidesti, erään hu- malaisen terassihypyn jälkeen olin joutunut vään- tämään oikean polvilumpion takaisin paikalleen, ja seuraavana aamuna polvesta punkterattiin pari desilitraa verta. Olin parannellut lukemattomia haavoja ja pintaruhjeita. Olin tullut kalliiksi itsel- leni, omaisilleni ja suomalaiselle terveydenhuol- lolle. Tosiasiat oli myönnettävä: Olin 39-vuotias, mutta juomisessani oli joskus kakaramaista itse- tuhoa, jota en selvin päin ja järkevänä käsittänyt.

Tutkin verinoroa poskellani ja sivelin jälkiä kor- vassani. Kuka tai mikä oli istunut olkapäälläni?

Päätin, että terveyden ja perherauhan takia mi- nun oli kavennettava ottamiani vapauksia. Täys- raittius ei missään tapauksessa tulisi kysymykseen. Yhtä hyvin voisin luopua päästäni kokonaan. Oli vain sovittava joitain selkeitä sääntöjä.

Ei koskaan juomista silloin, kun vastuu tai mur- he ahdistaa mieltä. Viinaa vain iloiseen oloon. Ei missään tapauksessa yli kolmen päivän juomaput- kia. Itse asiassa olisi parempi, jos en koskisi alko- holiin lainkaan arkisin. Minusta lasillinen viiniä illansuussa oli ajanhukkaa, vähän kuin lukisi vain

romaanien takakansia tai harrastaisi puolen minuutin yhdyntöjä. En juo- nut alkoholia makuelämysten takia, join tullaakseni humalaan.

Ei juomista, joka alkaa haitata työtä. Eikä juomista, joka vahingoittaa niitä ihmisiä, joista pidän – vaikken aina itse kuuluisikaan siihen joukkoon.

Näiden päätösten – jotka olen kaikki ainakin kerran jo rikkonut – jäl- keen oltilaani hiipi toivonsarastus. Näin punoittavissa silmissä jäänteit- tä hyvästä työmoraalistani, josta olin ollut ylpeä. Pesin veren kasvoilta, ajoin parran, menin suihkuun, kuumaan, kylmään.

Sen jälkeen soitin muutamaa puhelun, jotka oli pakko soittaa. Ne ei- vät olleet helppoja puheluita. Pyyysin anteeksi, en selitellyt, lupasin teh- dä asioita toisin. Kuuntelin lähimpieni ääniä ja etsin niistä luottamusta. Kukaan ei käskenyt painua helvettiin.

Kun puhelut oli soitettu, olo oli puolta kevyempi.

Menin keittiöön, otin jääkaapista oluttölkin ja repäisin sen auki Amu- rin kasakan ranneliikkeellä. Kaadoin itselleni kylmän korkean lasillisen – olihan sentään Suomen kesä, joka on ohi ennen kuin ehtii sanoa haima- tulehdus. Ulkona pihavaahtera heilui raittiinvihreänä, ja minä nostin mal- jan päättäväisyydelle, jota osoittaisin, kun siitä krapulasta oli selvitty. ■

Krapulainen.

Riku Korhonen on kirjailija, jonka uusi romaani Nuku lähelläni (WSOY) ilmestyy syyskuussa. Jussi Kaainen on alkoholin kohtuukäyttäjä.



VIERAS PEILISSÄNI

KOLMEKYMPPINEN NAINEN HAVAHTUI SIIHEN,
ETTEI HÄNELLÄ ENÄÄ OLLUTKAAN
PARIKYMPPISEN KROPPAA. KUMMAN TÄYTYI
SOPEUTUA - MINÄKUVAN VAI RUUMIIN?

Emma Suominen kuvitus Taika Mannila



Olen aina ollut se laiha tyttö, jonka vyötäröä tädit tökkivät sormellaan ja varoittavat katkeamisesta. Tai no, viimeksi näin tapahtui yli kymmenen vuotta sitten, mutta muistan tökkimisen aiheuttaman kivun edelleen elävästi.

Siihen on syynsä, ettei tökkijöitä ole enää näkynyt.

Kirjoitin pitkään painonhallintalehteen juttuja, joissa entiset lihavat ihmiset kertoivat, miten he mahtuivat taas lukioaikaisiin farkkuihinsa. Lähes poikkeuksetta käännekohta laihdutusmotivaation löytymisessä oli se hetki, kun ihminen näki itsensä valokuvasta: minäkö olen tuo valas?

Jokin aika sitten sain itseni kiinni samanlaisesta ajatuksesta. Tunnistin itseni kaverin räpsäisemästä poseerauksesta sentään kasvojen perusteella, mutta koko alakroppani näytti vieraalta.

Oikeastaan olen jo parin vuoden ajan yrittänyt aktiivisesti olla näkemättä, mitä vyötäröni alapuolella tapahtuu. Matkoilla otan itsestäni kuvia vain vyötäröstä ylöspäin, ja edellisessä asunnossani kaikki peilit joko hoikensivat tai katkesivat vyötäröstä.

Olen 31-vuotias, enkä edelleenkaan ole lihava. Muutos on kuitenkin huomattava, kun aiemmin tikkulaihaan alavartaloon on kertynyt kymmenen kiloa lisää. Vaatteissa se tarkoittaa kutakuinkin kolmea tuumakokoa, joten minulla ei ole enää mitään asiaa lukiovuosien farkkuihini. Vaikka olen yhä hoikka, vartalostani on tullut löysä.

Toki maailmassa on isompiakin ongelmia kuin minun kehonkuvani muuttuminen. Jos ajattelet, että mitä siinä valitat, ymmärrän täysin. Ajattelin itsekini pitkään samoin.

Sitten huomasin, että minulla on planeetallinen kohtalotovereita, sillä kaikki naiset käyvät läpi saman prosessin. Hidastuva aineenvaihdunta, painovoima, hormonitoiminta ja kudosten löystyminen tekevät herkästi tepposet, jos elintavat pysyvät samoina kuin ennenkin.

Kenenkään vartalo ei muutu yhdessä yössä, mutta minusta tuntuu kuin olisin vain eräänä aamuna herännyt tukkireisien kanssa. Sitä on vaikea niellä.

TOTTUMINEN VIE AIKAA

Omassa kehossa tapahtuneiden muutosten hyväksyminen voi olla kurvikas prosessi. Aivot voivat uskotella, että näytämme samalta kuin

ennenkin, vaikka peilikuva kertoisi jotain ihan muuta.

”Emme tarkkaile itseämme objektiivisesti. Kun muutos on hidasta ja peiliin katsoo päivittäin, silmä ehtii tottua näkemäänsä. Minäkuvin vaikuttaa: se, millaisena itse on tottunut pitämään ulkomuotoaan”, selittää psykologi ja psykoterapeutti **Susanna Anglé**.

”Itse olin lapsena aina luokan lyhyin. Nykyään hätkähdän, jos minulle sanotaan, että oletpa pitkä nainen, vaikka se pitää paikkansa.”

Ihmiskeho muuttuu läpi elämän. Lapsena se on hauskaa ja tyydyttävää, kun voimat ja taidot kasvavat. Murrosiässä muutos tuntuu jo ristiriitaisemmalta: teini voi tuntea menettävänsä kehon hallinnan, kun mieli ei pysy ruumiin nopeiden muutosten tahdissa. Seuraavaksi pitäisi totutella olemaan aikuinen.

MINUSTA TUNTUU, KUIN OLISIN VAIN ERÄÄNÄ AAMUNA HERÄNNYT TUKKIREISIEN KANSSA.

Sitten alkaakin alamäki.

”Kauneusleikkaukset ja laihdutusbisnes osoittavat, miten vaikea kehon rappeutumista on hyväksyä. Täytyy kuitenkin ymmärtää, että millään treenillä ei pysy lopun ikäänsä 20-vuotiaan näköisenä”, Anglé sanoo.

Kaikkien kehot muuttuvat, mutta sopeudumme siihen eri tavalla. Tärkeää on esimerkiksi se, saako muilta hyväksyntää sille, millainen on.

Ehkä itse havahduin uuteen peilikuvaani niin yllättäen, koska kukaan ei ollut ottanut asiakseen huomautella, kun vaatteeni alkoivat kiristää. Mieheni vakuuttaa edelleen, että olen ihan sopivan kokoinen. Ystävät taas vaikuttavat aidosti yllättyneiltä, kun valitan lihoneeni.

Kroppani on ollut nykyisen muotoinen jo vuosia. Muut ovat vain ehtineet tottua siihen.

ENSIN ISTUTAAN JA MIETITÄÄN

Olen siis menettänyt parikymppisen vartalon. Saanko sitä enää ikinä takaisin? Haluanko

edes saada? Anglé kehottaa minua istumaan alas ja miettimään omia arvojani.

”Jos huokailee peilikuvaansa, mutta toiminta jää peilin välttelyn tasolle, ei asia ole oikeastaan itselle niin tärkeä.”

Jos taas on valmis muutokseen, kannattaa miettiä motivejaan. Tekeekö sen itsensä vai muiden takia? Halu pitää itsestä huolta on parempi motivoija kuin itseinho tai ulkopuolisten kauneusihanteiden täyttäminen.

Anglé selventää myös, ettei muuttuneen vartalon hyväksyminen tarkoita sitä, että pitäisi jäädä lepäämään laakereilleen. Jos on sinut itsensä kanssa, on myös helpompi tehdä muutoksia.

Omat fiilikseni kokoni ja muotoni suhteen ovat vaihdelleet itseinhon väristyksistä lähes tyytyväiseen peilailuun. Muhkurat näkyvät vain paljaalla iholla, jota ei onneksi Suomen oloissa tarvitse juuri vilautella. Syksyllä on aina jotenkin vapauttavaa ahtaa alavartalo Wolfordin kaikenpeittäviin tukisukkikiisiin.

Keväisin alkaa taas ahdistaa. En käy uimahallissa tai sauno mielelläni porukassa. Riisun vain hämärässä.

Ehkä ajattelussani on jotain epätervettä.

Näen, että minulla on kolme vaihtoehtoa. Voin:

a) Hyväksyä sen, että kehoni on muuttunut, ja pyrkiä pitämään sen nykymitoissaan.

b) Pyrkii vimmatusti palauttamaan kehoni poikamaisen hoikaksi, jollainen se oli lukiovuosina, kun muodostin minäkuvaani.

c) Hyväksyä, että siitä ei enää ikinä tule samanlaista kuin muistoissani, mutta pyrkiä silti kiinteytymään, kunnes olen sinut peilikuvani kanssa.

Valitsen vaihtoehdon c, mutta pelkään, että elän edelleen kuin olisin valinnut vaihtoehdon a. On aika laatia toimintasuunnitelma.

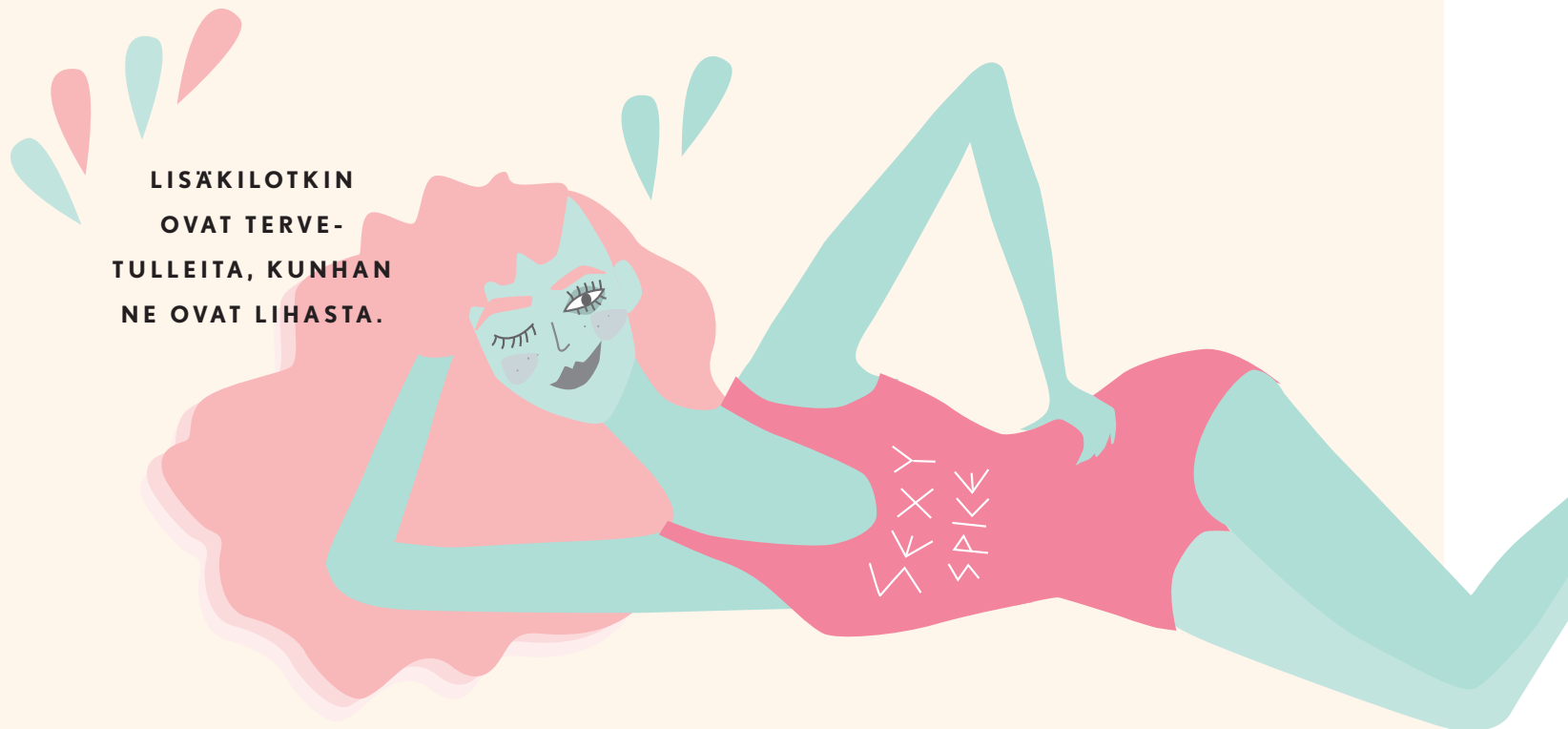
SITTEN LIKUTAAN

Tiedostan kyllä, että moni asia kropassani voisi olla huonomminkin. Toivoisin silti saavani senttejä pois reisistäni ja hieman kiinteämmän alavartalon. Painoni ei tarvitse laskea, päinvastoin: lisäkilotkin ovat tervetulleita, kunhan ne ovat lihasta.

Hankalampaa on määritellä, miten tavoitteeseeni pääsen. Olen tunnetusti laiskapuoleinen tyyppi, jolla on vakavia ongelmia elämän aikatauluttamisissa.

Olen pitkään seurannut liikunnallista ystävääni, jolla on täydellinen vartalo – hoikka mutta kurvikas, lihaksikas mutta naisellinen. →





**LISÄKILOTKIN
OVAT TERVE-
TULLEITA, KUNHAN
NE OVAT LIHASTA.**

Juhlahetkiä lukuun ottamatta olen nähnyt hänen syövän vain salaattia tai purkkisardiineja. Olen kehittänyt tästä sanonnankin: näytän enemmän tältä kuin elän sardiineilla.

Tulkinta on kärjistetty, mutta se kuvaa mukavuudenhaluani. Tahdon jatkossakin nauttia syömisestä. Liikunnan harrastamista sen sijaan voisin lisätä, sillä kuntoiluni on jo pitkään rajoittunut kävelyyn ja satunnaiseen pilatekseen. Hikiliikunta ja lihaskuntotreeni loistavat poissaolollaan.

Saadakseni ammattilaisen neuvoja soitan personal trainer **Tiina Raninille** Next Move Oy:stä. Hän muistuttaa, ettei rasvan sulattamiseen pakaroista ja reisistä ole oikotietä. Neuvo ”kuluta enemmän kuin syöt” pitää tässäkin tilanteessa paikkansa.

Ranin suosittelee minulle alavartalon kiinteyttämiseen punttisalitreeniä kaksi tai kolme kertaa viikossa ohjelmalla, joka keskittyy alaja keskivartaloon. Lisäksi voisin tehdä yhden tai kaksi napakkaa intervallilenkkiä per viikko ja käydä kerran pilateksessa. Sillä vauhdilla tuloksia voi odottaa jo kahdessa kuukaudessa.

”Monilla on hirveä kiire. Jos on kymmenen vuotta viettänyt yhdenlaista elämää ja haluaa muutoksia, tulokset eivät tule yhdessä yössä. Tarvitaan sitkeyttä, motivaatiota ja kovaa työtä”, Ranin sanoo.

Ohjelma kuulostaa vähän turhan tiukalta

omaan kalenteriini. Sehän tarkoittaa, että minun pitäisi kuntoilla jopa kuutena päivänä viikossa! Ei muuten onnistu.

Onneksi Ranin jatkaa, että jos näkyvillä muutoksilla ei ole hoppua, vähemmälläkin pärjää. Toisaalta on lohdullista myös tietää, että jos elämäntilanteeni joskus on vähemmän hektinen ja motivaationi kohdallaan, pari kuu-

OLEN VALMIS TUTUSTUMAAN KROPPAANI SELLAISENA KUIN SE ON NYT.

kautta on lyhyt aika rehtiä fyysisen ja henkisen hyvinvointinsa hyväksi.

LOPUKSI JUHLITAAN

En lupaa itselleni mitään, etten pettyisi pahasti. Olen kuitenkin tiedostanut, että peili ei ole se, joka vääristää asioita. Parempi ymmärrys

siitä, mitä kropassani on tapahtunut, on jo helpottanut oloani hieman.

Olen valmis kuoppaamaan valas-ajatukseni ja tutustumaan kroppaani sellaisena kuin se on nyt, sensuroimattomana. Ei niin, että *haluaisin* hyväksyä vartaloni juuri tällaisena, mutta uskon, että muutokset tapahtuvat jatkossakin pikkuhiljaa. Se riittää minulle.

Olen iät ja ajat uskotellut itselleni aloitavani juoksuharrastuksen. Ystäväni ovat jo oppineet jättämään ”nyt se tapahtuu oikeasti”-vakuutukseni omaan arvoonsa. Kuluneena keväänä lenkkarini ovat kuitenkin päässeet käyttöön useammin kuin koskaan ennen. Lenkkeilyn ja pilateksen avulla takareisiini on jo tullut enemmän muotoa, ja pakarani ovat nousseet ainakin aavistuksen.

Se tuntuu hyvältä, vaikka matka mielikuvieni tavoitevartaloon on vielä aluillaan. Kuka tietää, ehkä vielä joskus törmäämme kuntosalillakin.

Tärkeämpi muutos on kuitenkin tapahtunut mielessäni.

En voi olla tökkimättä vanhan kroppani muistoa kepillä vielä viimeisen kerran: kysyn saunareissulla mieheltäni, muistaako hän, milloin oikein aloin näyttää tältä. Hän ei muista. Sen sijaan hän sanoo, että ehkä on parempi, etten ole enää vain luuta ja nahkaa.

Kuten tavallista, hän on oikeassa. ×



Ostopakko

Pukeutuminen on hauska harrastus – kunhan se pysyy hallinnassa.
Holtiton shoppailija päätti oppia järkeväksi kuluttajaksi.

Henna Hietamäki KUVITUS Taika Mannila

Kotini sisustukseen kuuluu iso, musta jätessäkki. Se ei ole kaunis, mutta en pääse siitä eroon. En voi viedä säkkiä ullakolle, sillä se kasvaa jatkuvasti.

Säkin sisällä on vaatteita, jotka ovat menossa kierrätykseen. Osaa olen joskus jopa käyttänyt. Ainakin kerran, jonka jälkeen olen todennut ne epäkelvoiksi. En halua ajatella, kuinka usein ostan uusia vaatteita. Joka viikko, ehkä useammin?

Vaatekaupoissa ja kirpputoreilla vaeltaaminen on minun tapani rentoutua. Stressaa-

vien, väsyttävien tai muuten vaan huonojen päivien jälkeen tuntuu ihanalta suunnata yksin liikkeisiin, joissa voin pyöriä päämäärättömästi tuntikaupalla. Katselen kauniita värejä ja kuoseja ja hipelöin pehmeitä materiaaleja. Sovituskoppini eteen muodostuu jono, kun mittailen vaatetta päälläni.

Puolustelen harrastustani sillä, että shoppailen lähinnä kirpputoreilla enkä ole haksahdannut liian kalliisiin merkkivaatteisiin. Ja oikeastaanhan vaatteet ovat minulle luova harrastus: ompelen ja muokkaan vintagemekkoja paremmiksi. Samalla ymmärrän, että

osteluni on lähtenyt lapasesta.

Voisi kuvitella, että shoppailuharrastukseni seurauksena minulla olisi vaatekaappi, josta löytyisi aina jotain päälle pantavaa. Näin ei kuitenkaan ole. Olen viettänyt monta juhlailltaa niin, että ystäväni istuvat sängylläni juomassa olutta ja katsovat neuvottomina, kun vaihtelen asukokonaisuuksia. Huonoina päivinä hikoilen hermorauniona asujeni keskellä ja myöhästyn tapaamisista, sillä en osaa päättää, mitä vaatteistani vihaisin vähiten.

Mikä minua vaivaa? Mihin tarvitsen kaikkia näitä vaatteita, ja miksi vaatekaappini

täyttyy täyttymistään?

En halua olla holtiton hamsteri vaan aikui-
nen ja vastuullinen kuluttaja. On aika lopettaa
turha shoppailu.

ONNI JA OMAISUUS

Olen nähnyt toistuvia vaateunia. Niitä on kah-
denlaisia. Toisissa löydän mahtavan kirppu-
torin, jonka olemassaolosta en ole tiennyt. Se
on täynnä puoli-ilmaisia löytöjä. Toisissa äitini
vie minut ihanaan vaatekauppaan ja sanoo,
että hänellä on minulle lahja: saan ottaa
kaiken, minkä haluan. Kerään syliini kasoit-
tain täydellisiä mekkoja. Jos herään kesken
shoppailu-unen, yritän nukahtaa uudestaan.

Amerikkalaisessa tutkimuksessa mitattiin,
kuinka paljon ihmiset kokivat saavansa rak-
kautta ja kuinka paljon he arvostivat tavaroita.
Ihmiset, jotka tunsivat olonsa turvattomiksi, pi-
tivät omistamiaan asioita arvokkaampina kuin
ne, jotka saivat läheisiltään runsaasti tukea.

Omaisuus – oli se kuinka hyödytöntä
tahansa – voi siis tuottaa turvallisuuden
tunteen. Siksi monen
on hankala luopua tur-
hista tavaroista. Ilmiö
on todennäköisesti
perimmäinen syy myös
moniin perintöriitoi-
hin. Tavaroiden kautta
haetaan rakkautta.

Kun olin lapsi, sain
uusia vaatteita harvoin.
Kumpikaan vanhem-
mistani ei nauttinut shoppailusta, eikä lapsille
tuohon aikaan ylipäättään osteltu tavaroita
kuten nykyään. Muistan selvästi, kuinka
paljon kaipasin uusia asuja. Kinusin jatkuvasti
vanhemmiltani milloin mitään, mutta loppu-
jen lopuksi kinusin varmasti vain huomiota.
Olin kolmas lapsi neljän letkassa eli klassinen
väliinputoaja.

Yhtenä jouluna saimme isosiskoni kanssa
lahjoiksi samanlaiset mutta eriväriset satiiniset
yömekot. Hänen omansa oli kultainen, minun
hopeinen. Taisin jopa itkeä saadakseni siskoni
vaihtamaan yöpaitoja: minun täytyi ehdotto-
masti saada se kultainen. Nyt ymmärrän, että
mikäli siskoni olisi saanut hopeisen mekon,
olisin varmasti halunnut juuri sen.

Haen vaatteista turvaa ja rakkautta.

Toinen tärkeä syy hamstraukseeni on
ostosten tuoma nautinto. Kaunis vaate voi
aiheuttaa sanoin kuvaamatonta kihelmöintiä
ja riemun kiljahduksia. Miten kukaan voisi
olla onneton täydellisessä pitsimekossa?

Amerikkalainen sosiologi **Richard Sennett**
uskoo, että uudet tavarat antavat meille lu-
pauksia onnesta. Kaupan rekissä juhramekko

kietoutuu haaveisiin paremmasta minästä
ja täydellisistä juhlista. Tietyllä illalla varattu
asu sisältää oleellisen osan juhlien odotuksen
ihanasta jännityksestä.

Mekko tuntuu kuitenkin vastustamatto-
malta vain siihen asti, kunnes sitä on ehtinyt
käyttää. Ensimmäisen käyttökerran jälkeen
vaate muuttuu todelliseksi ja kadottaa taikansa.

Kun avaan makuuhuoneeni nurkassa
rönnöttävän jätessäkin, sen sisältämät vaatteet
eivät missään nimessä tunnu enää taianomai-
silta. Ne ovat roskaa, joiden olemassaoloa
en ole edes muistanut. Katson kirpputorille
päätyviä vaatteitani hämmentyneenä: Miksi
olen ostanut tämänkin paidan? Mitä ihmettä
olen ajatellut?

PARANTUVA HAMSTERI

Olen suunnitellut itselleni treeniohjelman
järkevämpään kuluttamiseen. Se on sujunut
vaihtelevalla menestyksellä, mutta suunta on
oikea. Jaan nyt muutaman oivallukseni.

Ensinnäkin yritän takoa päähäni, että vaik-
ka rakastaisin jotain asiaa,
minun ei tarvitse saada sitä
omakseni. Upeista vaat-
teista voi nauttia samalla
tavalla kuin kuvataiteesta.
Niiden estetiikan voi hen-
gittää sieluunsa – ja jatkaa
matkaa.

Mietin kaupassa entistä
tarkemmin, mitä jo omistan
ja mitä minun on järkevää

hankkia. Montako kultaisena kimaltavaa
juhla-asua tarvitsee ihminen, joka käy vain
juhlissa, joissa muut vieraat ovat pukeutuneet
farkkuihin ja t-paitaan? (Vastaus: vähemmän
kuin viisi.)

Minua on myös auttanut sen oivaltaminen,
että vaatteet menettävät helposti hohton-
sa. Yritän nykyään puntaroida, onko vaate
sellainen, josta on iloa vielä sen neitsytkäytön
jälkeen. Entä onko vaate kenties sellainen,
jonka haluan säilyttää loppuelämäni? Jos
vastaus on kyllä, vaatetta ei missään nimessä
kannata jättää kauppaan.

Haaveideni vaatekaappi ei sisältäisi yhtä-
kään turhaa tai epätäydellistä ostosta. Olisi
ihanaa, jos omistaisin vain sellaisia asuja,
joihin voin aina luottaa ja joissa on hyvä olla.
Täydellisessä vaatekokoelmassa olisi järkevää
määrä omalle tyylilleni uskollisia, ajattomia
ja hyvälaatuisia vaatteita, joita olisi helppo
yhdistellä toisiinsa. Tällainen tavoite laittaa
raamit vaatesekoilluni.

Ja mikä tärkeintä, yritän muistaa, että iha-
nia vaatteita ostaessani saan ihania vaatteita,
en täydellistä elämää. ×

Huonoina päivinä
en osaa päättää,
mitä vaatteistani
vihaisin vähiten.

TUNNISTA MERKIT

OLETKO SHOPPAILU- KOUKUSSA?

1 Ostoriippuvuutta voi olla
vaikeaa mieltää ongelmaksi
yhteiskunnassa, jossa tar-
peeton shoppailu on hyvin
tavallista. Shoppailu on kuitenkin
ongelma, jos se haittaa elämää tai
aiheuttaa syyllisyydentunteita.

2 Jos tunnistat itsessäsi
ostoriippuvuuden, mie-
ti, mikä on shoppailusi
suurin ongelma. Onko
se liika rahanmeno, ajankäyttö
vai tavarankertyminen nurkkiin?
Mieti, miten haluat muuttaa
käytöstäsi, ja aseta itsellesi muu-
tostavoite.

3 Pidä ostoksistasi päivä-
kirjaa. Säilytä kuitit ja tut-
ki tiliotettasi. Riskitilan-
teet, kuten palkkapäivä
tai ihana lauantaikirppis, on hyvä
tunnistaa. Ole valmis muuttamaan
rutiinejasi.

4 Holtiton shoppailu
tuottaa yleensä talous-
vaikeuksia. Voit kont-
rolloida rahankäyttöäsi
pitämällä ostoksilla mukana vain
käteistä. Luottokorttien määrä
kannattaa minimoida. Taloudel-
lisissa vaikeuksissa voit kääntyä
talous- ja velkaneuvojien puoleen.

5 Ostoksilla pyritään
yleensä hoitamaan
muita ongelmia, mutta
shoppailusta saatu hyöty
jää lyhytaikaiseksi. Kokeile muita
mielihyvää tuottavia asioita: ulkoi-
lua, kulttuurierintoja ja ystävien
seuraa. Jotkut kaipaavat mielialan
ja itsetunnon kohottamiseen am-
mattimaista keskusteluapua.

Asiantuntijana Aino Majava
A-klinikkasäätiöstä.